1777
1570
―――
207

Saluberrima BONAE VALETVDINIS TVENDAE PRAECEPTA

EOBANI HESSI, POETAE festiuißimi, Elegiaco carmine, ad imitationem Galeni, conscripta, nouisq; Commentarijs à Petro Hassardo Armenteriano, Medico & Chirurgo, illustrata.

Nec citò, nec temerè.

Cnm Gratia & Priuil. Imp. ad octenniū.

FRANCOFORDIAE,

Apud hæredes Christiani Egenolphi,

Anno M. D. LXVIII.

VERE GENEROSO, ILLVSTRI, AC NOBILISS. D. DOMINO CAROLO A BRIMEV, COMITI MEGÆ, Baroni in Humbercourt, Domino in Housdam & Epperlecques, &c. Equiti ordinis aurei velleris, Gubernatori Ducatus Gelriæ, & Comitatus Zutphaniæ, Petrus Hassardus Armenterianus, Medicus & Chirurgus S. P. D.

NON tam verum est, generosissime Princeps, Prouerbiũ, quàm vulgo receptũ, eum, qui medicè viuit, miserè viuere: quandoquidẽ potius dicerẽ, eum beatè viuere, qui secundum leges medicas vitam transigit. Pręcipuum enim primumque scopum medicinæ esse, tueri & seruare sanitatem, omnibus in confesso est, quam qui obtinet, nemo non fatetur talem hominẽ beatã ac iucundã frui vita: Nam si beatitudo est maximum bonum, & quod totis (vt aiunt) viribus expetendum sit, quid obsecro contingere potest homini melius sanitate? quid enim in diuitijs, quid in honoribus, quid

item in reliquis eiuſmodi quærimus voluptatis abſque integra ſanitate? Mea in his rebus ſententia eſt, vt non modò non magna bona, ſed ne bona quidem hæc cenſenda ſint abſq; illa. Quis enim adeò mentis inops, qui huiuſmodi bona audeat appellare abſque ſanitate? Stupet nanq; animus ipſe, quandiu fragile corpus intẽperatura vel doloris aculeis cruciatur, vt neque contemplari quicquam, neq; virtutis opus obire queat: quod ſi ita eſt, certè ſummum bonum ſanitas videri debet, quam Galenus ſex libris tueri ac cõſeruare oſtendit, & omnes quotquot fuere claſsici ac doctiſsimi Medici inter Ethnicos & Chriſtianos, de illa ſeruanda regulas & leges ſcripſerunt, inter omnes tamen Paracelſus Philoſophiæ ac veræ medicinæ facilè princeps, palmam ferre debet, vt qui verum ſcopum ac metam, cùm hîc, tum in alijs attingit, & omnia ad vera fundamenta reducit.

Ob id cùm nuper incidiſſem in doctiſsimi ac eruditiſsimi viri Eobani Heſſi Poëtæ laureati præcepta de bona valetudine tuẽda, Carmine elegiaco ſcripta, non potui non valde admirari non modò laborem & diligentiam, ſed etiam in-

duſtriã hominis, qui tam breuibus verſibus totam penè rationem tuendi ſanitatem, ad imitationem Galeni, comprehenderit, rem non ſolùm amœnam lectu, ſed etiam vitæ vtilem, & cognitu neceſſariam. Sed quoniam multa parum peritis, cùm ob breuitatẽ, tum ob ignorantiam multarum rerum in ijs præceptis deſcriptarũ, obſcura videri poſſent, operæprecium mihi viſus ſum facturus, ſi breuia quædam Commentaria huic operi adderem, quibus omnes harum rerum ſtudioſi facilius ſenſum ac mentem ipſius Poetæ cernere poſſent. Non ignoro doctiſsimum virũ Ioannem Placotomũ idem olim factitaſſe. Sed ob id nolumus omittere, quin etiam noſtram ſententiam hac in re ederemus, id quàm feliciter, hoc tuo iudicio, illuſtriſs. Domine, remittimus. Non quærimus in his præceptis, quod obijci poſſet, vt tempus ſeu vitæ terminum omnibus à Deo Opt. Max. conſtitutum prætereamus, ſed ne ipſum anticipemus. Quot nanq; homines videmus ante diem legitimum interire cibo, potu nimio, vel intẽpeſtiuè & prępoſterè ſumptis? vt interim taceam alios enectos & cõfectos labore immodi-

co, vigilijs, curis, angore, tristitia, luxu, mollicie, desidia, torpore ante tempus emarcere, & animam exhalare. Hos itaq; Commentarios, nobilissime Princeps, multis de causis adductus sum, vt tibi dicarem: inprimis, quòd te cōspiciam diuino quodā affectu erga veram medicinam & philosophiam esse præditum, ac proinde eorū dogmata tibi fore gratissima. Dein, quod summoperè à Deo Opt. Max. optamus, vt tibi possit esse diu mens sana in corpore sano, vt sensibus integris & absolutis venerandam canitiem assequi possis, ad quam feliciter conseruandam, & in multa annorum curricula producendam, nos instruit hic doctus & egregius libellus, in quem si nostra Commentariola, nobilissime Comes, tuo patrocinio dignaberis, non videbor omninò lusisse operam, & me incitabis ad maiora. Vale, & nos tibi commendatos habe. Datæ Bruxellis Brabantorum Calend. Mart. Anno 1568.

T. S.

Petrus Hassardus
Medicus & Chirurgus.

SALV-

SALVBERRIMA BONAE VALETVDINIS TVENDAE PRAECEPTA EOBANI HESSI,

Poëtæ festiuissimi, Elegiaco Carmine ad imitationem Galeni conscripta, nouisq; Commentarijs à Petro Hassardo Armenteriano, Medico & Chirurgo illustrata.

Præfatio Autoris.

MVsa repertoris Medicarum filia rerum,
Te duce conanti scribere pauca, faue.
Cœlorum decus Vraniæ, sed Apolline nata,
Quem peperit nullo Pieris vsa viro.
Huc ades, & nostris te Diua laboribus infer,
Dum ferimus medicâ pharmaca pauca manu.
Sed mihi nec faciles monstret Podalyrius herbas,
Nemo hic Phillyrides, nemo Machaon erit.
Diua potens numeris, cœlo sata spiret, & ipse
Qui dedit has artes Christus Apollo regat.

SCHOLION.

Hic libellus quondam editus est à doctissimo viro Eobano Hesso, in gratiam magnifici ac inclyti Hessorum Principis medici D. Georgij Sturtiadę, omniumq; bonarum artiũ studiosorũ, in quo multa

ac diuersa præcepta ex Hippocrate, Galeno, Cornelio Celso, Paulo Aegineta, alijsq; bonis medicis desumpta ad sanitatis conseruationem continentur. Statim autem à principio inuocationem proponit, huncin modum:

Musa repertoris.) Musam dicit Apollinis filiam, repertoris medicinæ, vt testatur Ouidius libro primo Metamorphos. vbi Apollo ita de se loquitur:

Inuentum medicina meũ est, opiferq́ per orbem
Dicor, & herbarum subiecta potentia nobis.

Aptissimè autem Poetæ de Sole, seu Apolline hoc finxerunt: nam salutaribus suis radijs, adhæc vitali motu, & tepore planè diuino quæcunque de vastissimo telluris vtero prodeunt, & materiam curandis abigendisque morbis idoneam sufficiunt, desuper vegetat, fouet, ac facultatibus partim cognitis, partim abstrusis, aspirante reliquo Stellarum choro, efficaciter illustrat: Sol enim, vt testis est Aristoteles, & homo, hominem generant. Sol & planta, plantam. Post Apollinem successit Aesculapius, qui medicinam multũ amplificauit, post hunc Hippocrates, qui illam absoluit.

Cœlorum decus Vraniæ.) Vrania vna est ex no-

noue Musis, quæ cœlestis interpretatur, vel à cœlestium rerũ cantu, vel à cantus diuinitate.

Quem peperit nullo Pieris.) Pieria regio est Macedoniæ, quæ Musarum partus ac domus fertur, à nemore ita dicta, cui nomen est Pieris.

Podalyrius.) Hic ita vocatus est à pedum magnitudine, fuitq; filius Aesculapij, & frater Machaonis, qui ambo fuerũt Medici clarissimi, Homero teste libr.2.Iliad. Hi cum Gręcis ducem Agamemnonẽ secuti in bello Troiano non mediocrem opem suis commilitonibus attulerunt.

Phillirydes.) Id est, Chiron Centaurus, quẽ Saturnus ex Phillyra Oceani filia suscepit. Versus gratia cũ duplici ll, scribitur. Hic ob multarũ herbarum peritiam claruit, quarum notitiã habuisse vel Centauriũ herba satis indicat, quæ ab eo ipso vsq; in hodiernum diem nomẽ retinet, vnde & à plurimis medicinã ipsam inuenisse creditur. Is autem fuit præceptor & pædagogus Achillis, vnde Ouidius:

Phillirydes puerum cythara præfecit Achillem.

Machaon.) Hic frater fuit Podalyrij (vt dictum est) qui tandẽ ab Eurypilo in bello Troiano occisus fuit. Vergilius libr.2. Aeneid.

Pelidesq́; Neoptolemus, primusq́; Machaon.

Pauca canam cantata priùs, sed Apolline nullo,
Et labor hic aliquo nomine noster erit.
Namq; hic si qua leges adiuncta prioribus, idem
Nos ea de tenebris exeruisse scies.
Nam quæ fœda situ iacuere, & mersa profunda
Barbarie, versu lucidiora fluent.
Adde quòd & numeros facile est meminisse, nec (vllis
Dotibus ingenij gratia maior inest.

SCHOLION.

Declarat se breuiter tractaturũ artem sanitatis tuendæ, quæ tamen à plurimis ante ipsum fuit tractata.

Sed Apolline nullo.) Videlicet omnes soluta oratione scripsere, sed nemo ligata, hoc est, adstricta numeris (præterquàm Schola Salernitana) quod ipse elegantissimè hic fecit, nec quolibet, sed Carmine Elegiaco.

Nam quæ fœda iacuere.) Nam multa ex Schola Salernitana desumpsit, in quibus nil nisi meram barbariem reperies.

Adde quòd & numeros.) Quantum fructus ac delectationis ingenijs adferat ligata oratio, alijs iudicandũ relinquo: multo enim facilius, si Quintiliano credimus, versum quàm prosam orationem ediscimus.

Quisquis ad hæc igitur, ceu progymnasmata, vult
Demittes, oculo fac patiente legas, *(tum*
Nec vitio vertas, quia rude carmen, & omni
Exculti careat dexteritate styli.
Scripsimus ista rudes, cui nunc assuescimus, artis,
Et sunt præcipiti carmina facta mora.
Tu quoq; Sturtiadũ decus & noua fama Georgi Operis
Huius præcipuus carminis author eras. dedicatio.
Cogere namq; tibi ceu prima elementa iubebas,
Cuius nunc titulos, & decus artis habes.
Has igitur tibi primitias ignobilis agri,
Paruaq; de sterili munera rure damus.
Accipe, ferq; libens inopis mediocria Musæ,
Sæpe etiam Diuis vilia dona placent.
Tunc vbi me studijs maior melioribus vsus
Induet, his paruis arduiora canam.
Nunc ne longa breues æquent exordia ludos,
Hinc meus in cœpto puluere curret equus.

SCHOLION.

Elegantissimè excusat se author, beneuolentiamque auditorum ac legentium captat. Præterea addit, qua necessitate addictus sit huiusmodi scribere, quod proprium est omnibus tum oratoribus, tum Poëtis.

Principiò quicunq; voles animoq; valere,
Corporis & sana conditione frui:

De affectibus animi. *Omnia curarum fomenta relinque, nec vllis*
Pectus habe pressum sollicitudinibus.
Anxia mens non ipsa sibi, non rebus agendis
Tristitia corpora corrumpit. *Constat, ab hac vitium corpora sæpe trahunt.*
Hinc variæ pestes, morborũ hinc mille figuræ.
Crede animum nostri corporis esse ducem.
Sæpe graues ista veniunt ex arce labores,
Sicut ab aëreis pestilis aura plagis.

SCHOLION.

Curæ ac solicitudines miras in corpore excitãt mutationes, ac, vt inquit Auicenna, bonam interrumpunt digestionem, vnde omniũ facilè oboritur morborum sentina. Curæ enim arefaciunt corpora ac colliquant. *Gal. com ment. Apho. 28. libri 2.* Quum itaque tanta sit earum vis, non debent temerè (à studiosis præcipuè) negligi. Imò his vnicè conandum erit, vt illas pro virili corrigant. Porrò corpus nostrũ pro varijs animi affectibus variè afficitur, nam ira excandescit, Mœstitia refrigeratur & suffocatur, præ nimio gaudio relaxatur ac resoluitur, ob pudorem dissoluitur. Sic sanè Plinius P. Rutilium ob mœstitiam mortuum, libro 7. capite 36. scribit. Diagoras etiam, teste Gellio libro 3. capite 15. præ nimio gaudio extinctus est.

Home-

Homerus propter pudorem examinatus est, Valerio Maximo teste libro 9. capite 12.

Quære igitur, sed honesta, tuis solatia curis,
Quæ tibi nec somni, nec loca sola dabunt.
Vtere conuiuis non tristibus, vtere amicis,
Quos nugæ, & risus, & ioca salsa, iuuant.
Tange Chelyn digitis, animi dolor omnis abibit:
Dulcisonum reficit tristia corda melos.

Lætitiæ ac hilaritatis tẽperatæ cõmoditates.

SCHOLION.

Quodcunque animum gaudere facit (moderatè tamen) atq; lætari, vires naturales adauget, naturam excitat, & in suis actionibus iuuat, nam calorem natiuum intendit, bonumque sanguinem procreat, & proinde optimos spiritus, vnde & acuitur ingenium, fitq; homo ad omnia munia habilior, ætatem floridam facit, conseruat & prorogat iuuentutem & vitam.

Ira animis letale malum procul absit, ab illa
Mors sæpe ingenijs corporibusq; venit.
Hinc atram ratione omni præuertere bilem
Conuenit, & causis non statuisse locum.

SCHOLION.

Gal. li. 1. de diffe-

Ira est quasi ebullitio quædam ac motus vehemẽs irascibilis facultatis in cordis corpore residentis: Ideo nõ augmen-

ventijs se brium, ca. 4. Gal.li.2. sanitatis tuendæ.

tat calorem natiuum, sed veluti feruor caloris est in corde. Quapropter corpus exiccat, quoniam maximè singula membra excalfacit, nimia autem excalfactio siccitatem parit. Præterea ob feruorem cordis omnes actus rationis confundit. Siquidem insania flos est iracundię, nam iratus ab insano tantùm tempore distat, qua de re nemo iratus quicquam rectè deliberat: non enim fieri potest, vt concitatus ira, ratione vtatur, extra iram enim vnusquisque multo sapientior est. Vnicè igitur omnibus cauendum erit, ne in illam incidant, nam etsi iram vincere magnum ducatur (vt reuera est) maius tamen est cauere & prouidere, ne in ipsum incidamus.

Ebrietatis incommoda.

Immodici sensus perturbat copia Bacchi:
Inde quis enumeret, quot mala proueniant?
Corporis exhaurit succos, animiq; vigorem
Opprimit, & mentes strangulat atq; necat.
Sed prius in sicca gaudebit piscis arena,
Bacche oblite modi, quàm tua damna canam.
Atq; ea sunt alio quodam mihi dicta libello,
Et sunt nequitiæ nomina multa tuæ.
Ergo modum præscribe Deo tam grande nocenti:
Cùm venit accepta conditione, iuuat.

SCHO-

SCHOLION.

Vinum illiberaliter ſumptum vitia gignit frigida, paralyſes, conuulſiones, lithargos, articulorum morbos, caput turbat, & ventriculum lædit, oculos lippire facit, linguam bleſam reddit, oris halitum inficit, & huiuſmodi infinita incommoda adducit, vt interim taceam nonnunquam ſubitaneam inde (quod luctuoſiſsimum eſt) oriri mortem, aut lepram & maniam ſæpius. Vnde Plinius inquit, de iure dici poſſe, neque viribus corporis vtilius aliud, neque aliud voluptatibus eo eſſe pernicioſius, ſi modus abſit. De hoc etiam Seneca ad Lucilium ſic ſcripſit: Epulæ cruditates adferunt. Ebrietates neruorum torporem, tremoremque, & libidines, pedum, manuum, articulorumq; omnium deprauationes, vnde Propertius ſecundo Elegiarum:

Vino forma perit, vino corrumpitur ætas:
Vino ſæpe ſuum neſcit amica virum.

Xenephō in Sympoſio.

Et contrà moderatè ſumptũ, mœrores ita ſopit, vt Mandragora hominẽ. Beneuolentias autẽ non aliter, quàm oleum flam-

Ga. li.4. ſanitatis tuendæ. flammam excitat: Semicrudos humores concoquit, vrinam & ſudores promouet, ac ſomnum conciliat, propterea ita ſumptum confert ijs, qui maligno ſucco abundant.

Modus capiendi cibum.

Mœſta procul fugiant longæ faſtidia menſæ:
Sic pota vt ſitias, ſic ede vt eſurias.

SCHOLION.

Hoc loco duorum remediorum generaliorum, pro conſeruanda bona valetudine, fit mentio, præſertim ſtudioſis atq; hominibus ocioſis vitamq́ue deſidem agentibus, conferentium. Prius eſt, vt animus hominibus ſit hilaris & lætus: quot enim commoda ex lætitia proueniant, ſuperiùs oſtendimus. Poſterius eſt, vt homo ſit in cibo & potu parcior, nec ſeſe illis obruat. Nimia enim repletio, obſtructiones, cruditates, capitis grauitates, febres, apoſtemata, podagram & lepram (quia cauſa eſt indigeſtionis) ventriſque tormina parit, ac putridam ſaburram egerit. Quapropter quibus ſuæ ſanitatis cóſeruandæ animus eſt, debent ſemper à menſa ſurgere cum aliquo appetitu, Auicenna ita dicente: Cibo nullus ita replendus eſt, vt non ſit locus ſuperfluus, ſed eſt ab eo remouendus reli-

3. primi doctr. 2. cap.7.

quijs

quijs desiderij adhuc in anima remanentibus.

Nam qui plus æquo stomachi penetralia replet,
Læditur, et clamat, Medici succurrite: demùm
Euomit, & totas putor capit improbus ædes.
Hinc variæ insurgũt febres, hinc scrupeus humor
Insidias manibus pedibusq́ʒ affigit inertes,
Cui non compertum est multos inducere morbos
Ingluuiem? vexare animos & corpora Bacchi
Humorẽ immodicũ, sitibunda in viscera mersum?
Ergo parcus erit, de multis pauca capescens,
Qui non ante diem vult dulcem abrumpere vitã.

Atq; in vniuersum qui vitam producere, & valetudinem seruare cupit, cibum minorem somno, & potum cibo, & labores viribus faciat.

Nec properè à mensa studijs intenderis vnquam,
Aut tribus, aut horis quattuor inde vaca.

SCHOLION.

Dubium non est, certissimam esse perniciem virium corporis & ingenij, statim à cibo studijs vacare, quia non tantùm cruditas inde sequitur, sed dissipatur calor naturalis, languescit virtus ventriculi, gignitur sanguis impurus, corpus vitiosis humoribus repletur, vnde sequitur aut cacochymia, aut macies, accedunt pallor, conturbatio spirituũ, debi-

litas cerebri. Quare assuefacienda iuuentus est, vt lucubrationes omittat statim à cibo. Seneca scribit Asinium à cœna nullas Epistolas solitum resignare, aut legere. Ludis itaque aut confabulationibus honestis debet tempus transigi, donec erudita sit prima concoctio, quod ferè tertia aut quarta hora post cibum fit, modò non fuerit in ipso excessus, vt suprà ostensum est.

Somnus diurnus.

Quòd si fortè tibi quiddam dormire necesse est,
Altera post epulas fluxerit hora vide.

SCHOLION.

Somnum diurnum hactenus nemo probauit, quòd cerebrum nimia humiditate expleat, quam vigilijs potius absumere conueniret. Deinde, quia tempus, quo quis die dormit, ad perfectam concoctionem non sufficiat, ideoque resurgentibus à meridie ob interruptam ante tempus concoctionem, destillationes à capite veniunt, corruptio coloris, aggrauatio splenis, remollitio neruorum, ad res agendas tædium, prostratus appetitus, apostematum generatio, febres, & alia sexcenta iam non enumeranda. Verùm si quis ob consuetudinem,

nem, aliámue aliquam necessitaté dormire cogatur, non ilicò super cibum dormiat, non capite depresso, neque prolixo tempore. Huic etiam expergefactio succedat non stupenda, aut repentina, sed lenis. Adde quòd locum eligere debet non calidum, sed temperatum, aut frigidiusculum, & corpus pro ratione temporis conuenienter tegat, vt calor naturalis melius ad interiora redeat, neque membra externa mortificentur, impediaturque tertia concoctio. Deinde per horam vnam à cibo tardandus est somnus, donec scilicet cibus ab orificio ventriculi ad fundum ipsius descenderit, ne sequantur tormina ac rugitus intestinorum. Porrò illud addendum mihi videtur, ne quis pedibus calceatis dormiat, quoniam hoc visum mutilat, memoriamque lædit, & totum corpus calore extraneo succendit.

Ocia perturbant stomachum, iuuat actio, ni sit
Nondum concocto turbidus ille cibo. **Ocium.**

SCHOLION.

Ocium corpus replet humiditatibus, obstructiones parit, febresque putridas, ac omne genus morborum frigidorum excitat, corpusq; effœminat, caloré in-

Exercitium. natum extinguit. Exercitium econtrà debito tempore adhibitum contrarios effectus prodit: nam calorem natiuum auget, membra roborat, ob mutuũ ipsorum attritum, humores superfluos dissipat, ac ab omni obstructione liberat, vnde rectè Hippocrates dicebat: Sanitatis studium ad labores esse impigrum. *6. Epidemiorum partic. 4. Aphoris. 20.* Opportunum tempus ad exercitia erit post absolutam concoctionem, hoc est, cùm cibus hesternus concoctus fuerit, atq; iam denuò cibandi tempus institerit, id est, ante cibum, secundum Hippocratem dicentem: Labores cibos præcedant, & hoc aduersus nostros, qui statim, vbi liberaliter epulati sunt, ad vehementia exercitia (vt sunt ludus paruæ pilæ, saltationes, globi iaculationes, & huiusmodi) se transferunt: hac enim ratione cibus ac potus rapitur crudus in habitum corporis, vnde sequuntur periculosissimæ obstructiones, scabies, omnia genera abscessuũ, febres, & alia infinita incommoda, quoniam error prioris concoctionis nunquam corrigi potest in secunda, multo minus in tertia.

Quoties in die cibus sit sumendus.

Quottidie cibus est tibi bis sumendus, at ille
Sit bene conditus, sit leuis & modicus.

SCHO-

SCHOLION.

Antiqui pro more habuerunt duntaxat semel in die cibum assumere, idq; vesperi paulò ante somnum, postea tractu tēporis inceperunt accipere meridie frustū panis ex melle, deinde insolentia hominū factum est, vt non solùm in meridie se ad nauseam vsq; repleuerint, sed etiam ientaculum addiderint, & postea adhuc merendam, adeò, vt totus fermè dies in epulationibus cōsumeretur. Verùm cui sanitatis studium cordi est, sufficit solùm bis in die comedere, in prandio videlicet & cœna: at prandium parcius sit ipsa cœna. Et qui ob consuetudinem hoc facere non possunt, accipiant aliquid cibi concoctu admodum facilis: in ientaculo nec bibant ante prandium.

Vina sitim, comedenda famem spectare decebit:
Inuito stomacho qualiacunq; nocent.

SCHOLION.

Breuiter ostendit mensuram cibi & potus, & hæc est, ne aliquis bibat absque siti, neque ante famem comedat, quia nihil est deterius humano corpori, quàm digestione cibi prioris nondum absoluta, sed tantùm inchoata, alium ingerere:

hoc enim pacto prioris cibi digeſtio inchoata cùm ſit, à ſecundo impeditur, & ſe inuicem corrumpunt, quoniam digeſtiõe prioris priùs abſoluta, trahet prior ille cibus ſecundum crudum & imperfectum ſecum in habitum corporis, vnde ſequitur Cacochymia totius. Porrò quibus delectetur ſtomachus, obſeruare oportet. Nam cibus aut potus paulò deterior, ſuauior autem melioribus quidem, ſed minus ſuauibus eſt præferendus, quæcunque enim cum voluptate aſſumuntur, illa ventriculus amplexatur, & magis concoquit, ſicut illa quæ diſplicent, refugit, vnde & nauſeæ, flatus, & fluctuationes ſubſequuntur.

apho. 38. libri 2.

De excrementis non retinendis.

Meiere profuerit quoties veſica laborat:
Fæce grauis venter nec cohibendus erit.
Nec flatum retine, niſi noxia cogat honeſtas.
Hîc eſt natura præſide turpe nihil.
Edicto vetuit crepitus ructuſq; teneri
Claudius, ô Medici principis imperium.

SCHOLION.

Lotium remorari valetudini pernicioſum eſt: hinc enim ſequitur difficultas aut omninò prohibitio mictus: retenta enim longo tempore vrina, extenditur veſi-

vesica, atq; vrina cohibetur contractrice facultate læsa propter immoderatam tensionem. Oriuntur inde etiam calculi, neque quicquam æquè vesicam lædit, atque longior vltra voluntatem lotij retentio.

Li. 1. locorũ affectorum ca. 1. & libr. 6. ca. 4.

Ex nimia fæcum cohibitione complura oriuntur similiter accidentia, indurantur enim fæces ob continuam venarum meseraicarum suctionem, vitiaturque totus habitus corporis ac spiritus propter putridos fumos ad cerebrum emissos, vnde oritur subinde vertigo, vel colica pasio in ventre inferiori, spasmus, & huiusmodi. Cùm itaque flatum remorari periculosius sit quàm fæces cohibere, si non liceat (vt inquit Erasmus) secedere, dissimuletur crepitus tussi. Si enim flatus sine crepitu sonituque excernitur, optimus, melius tamen est vt erumpat cum sonitu, quàm si condatur retineaturq;. Hac ratione motus Claudius Cæsar, meditatus est edictum, quo veniam daret flatum crepitumque ventris in conuiuio emittendi.

Hipoc. 2. præsagiorũ.

Suetonius li. 5.

Esse magis frugi cœnã quàm sumptibus auctam,
Lauta magis, sed non fercula multa, velim.

De prandio & cœna.

SCHOLION.

Ventrem modis omnibus refrenare conaberis, quandoquidem ſolus beneficijs acceptis ingratus eſt, ſemperq; plura ſibi iuſtò poſtulat. Idcirco optima ſaluberrimaq; erit cœna frugalis, non diuerſis cibarijs ſophiſticatis apparata, ad appetitum promulcendum, vt hodie fermè apud omnes fit: naturæ enim debemus multas gratias, quæ neceſſaria fecit parabilia, difficilia autem paratu nō neceſſaria. Ah, proh dolor, tantus eſt hodie luxus, tanta inſolentia, vt brutis animalibus deteriores circa victum ſimus. Siquidem beſtiæ etiamſi vehementi cupidine, ceu flagello ictæ ad pabula ferantur, non tamen aut facinora improba, aut vlla artificia in victu affectant, quin obuijs quibuſq; contentæ ſolam repletionem, nihil vlterius, quærunt. At nos artes varias inuentaque noua meditamur, quibus ciborum potuumque voluptatem gulæ blandiendo edulcemus. Vſque adeò delicatum eſt, & ingluuiei deditum hoc noſtrum ſeculum, vt ſicut muſices & medicinalis artis, ita etiam culinariæ extent Apitiorum Commentarij, qui gulam delitijs titillare docent, ſanitati

nitati

nitati nocent. Hinc fit, vt qui ferculis delitiantur, longè minus salubri fruantur valetudine. Quapropter non abs re laudati olim Cato Porcius, & Cæsar Augustus, quòd cibis plerunque consuetis & vulgaribus contenti vixissent, & quousque Roma peregrinis Coquis & Cupedinarijs caruit, & Respublica in statu fuit, & ciues salubrius haud dubiè vixerint. Vide Plutarchum in vita Catonis senioris, & Suetonium in vita Cæsaris Augusti. Cùm itaque nimia repletio sub noctem impedimẽtum somni, ventris tormina, inquietudinem corporis, in facie pustulas, grauitatemque capitis, & oris malitiam inducat, abijcienda & frugalitas temperantiaque amplectenda erit.

A cœna lucubrans vnam ne excesseris horam, *Studiũ à cœna.*
Ne cerebro noceat nox vigilata tuo.

SCHOLION.

Perniciosum est extendere vigilias post cœnam in multam noctem: quare cauere oportet, non modò ne conuiuia producantur in multam noctem, sed vt lucubrationes omittantur principio noctis, nec tempus ad quietem diuinitùs constitutũ omnibus animãtibus, trans-

feratur ad exitiosos labores. Adhibenda est igitur diligentia, vt rectè fruamur quiete diuinitùs ordinata, quæ quidem nos etiam de resurrectione nostra admonet: Sicut enim diuinitùs ordinata est quidem, vt in ea quasi renascatur vita: Ita cogitemus pijs mortem non æternam miseriam esse, sed interuallum, in quo nos renasci oportet ad vitam meliorem.

Quando cubitum eundũ, quãdoq́ surgendum.

Occiduo cum Sole cubilia strata subintra:
Tu quoq; de plumis, hoc redeunte, redi.
Sic etiam ratio naturæ suadet, & illas
Condidit ingenijs corporibusq́; vices.
Tempora nam somno nocturna, diurna labori
Cùm dedit, hæc voluit nos data iussa sequi.

Quãdiu dormiendum.

Sed quia tardat hyems Phœbũ, quia tẽpore mes-
Exorta citius luce colorat humum. (sis
Ipsa parens rerum tibi tres & quattuor horas
Deputat, hæc iustæ tempora noctis erunt.

Naturalis somnus.

SCHOLION.

Nocturnus somnus hoc potissimùm nomine commendatur, quòd scilicet nox sua tum humiditate, tum tranquillitate somnũ alliciat, satisque temporis quousque ciborum fiat concoctio, habeat. Si tamen peruigilio nocturno matuti-

tutinóue quis offensus fuit, licebit acceptam iniuriam somno instaurare quacunque diei hora. Quamuis autem somnus hic sit illaudatus, meminisse tamen oportebit, vt alibi per omnem vitam, ita hic quoque versus illius Ouidij:

Quod caret alterna requie, durabile non est,
Hæc reparat vires, fessaq; membra nouat.

Cùm igitur Sole oriente moueantur forâs ac attenuentur humores, occidente verò ad interiora remeent, optimum erit lectum petere in ipsius occasu, ac in ortu surgere: sed cùm nemo sanus tam stupidus sit & iners, vt posit 12. 14. aut 16. horas (quod hyemis noctibus contingit) dormire, vult vt dormiatur duntaxat 3. aut 4. horis, quod tamen omnibus minimè conuenire potest. Alij enim 6. alij 7. sunt qui 8. aut 9. horas (in quibus scilicet virtus est imbecillior calorque naturalis languidus) ad perfectam ciborum concoctionem (quæ est vera somni meta) requirunt, magna tamē ex parte 7. aut 8. horarū spacio finitur. Quāquam tamen somnus nocturnus suapte natura salubris sit, tamen vt mediocris sit oportet, immodicus enim somnus,

præ-

præter cætera incommoda, hoc potiſsimùm adfert, quòd ne excrementa ſuo expellantur tempore, atque adeò, vt in corpore detineantur, efficit. Præterea hebetat ingenium, quare magnoperè conducit ſummo mane è ſuaui lecto exurgere, dulcesq́; relinquere ſomnos, videlicet vt ſenſibus reparatis antequam iterum indiſponantur, ſomnus abrumpatur.

Quopacto cubandũ.

Dormiture latus dextrum preme, mane ſiniſtrũ.
Incoctum ratio digerit illa cibum.

SCHOLION.

In ſomni ratione obſeruanda etiam eſt decubitus forma, vt ſcilicet primùm in dextrum, deinde in ſiniſtrũ latus fiat, (quoniam orificium ventriculi ſuperius in ſiniſtro exiſtit) ne fiat ciborum regurgitatio, & vt cibus promptius ad ventriculi fundum deſcendat, ac tandẽ ab hepate illi incumbente concoctio adiuuetur. Laudatur talis decubitus, de reſupino decubitu nemo nõ ſcit illum eſſe deterrimum, parereque grauiſsimos morbos, vt Apoplexiam, vertigines, neruorum reſolutiones, & ſimilia. Cubare pręterea nõ recto, ſed molliter inflexo corpore debemus: hac enim decubitus figura

gura fit, vt membra laxentur, & sinuentur, quod ad augmentum caloris naturalis, & faciliorem alimentorum distributionem conducit.

Manè relucentes caput erecturus in auras,
Et caput & corpus leniter omne frica. Frictio.
Tum porrò manibus puro de fonte lauatis,
Os, oculos, dentes purior vnda lauet. Lotio.
Comito deinde vagos, sed eburno pectine, crines: Cōptio.
Hæc cerebro res est non medicina leuis.

SCHOLION.

Frictio lenis poros aperit, ac humores vaporesque ibi contentos resoluit, ac dissipat, calorem naturalem auget, caput firmat. Manus cùm instrumenta sint omnibus partibus inseruientia, semper mundæ esse debent, melius tamen est illas frigida lympidaque lauare, quia lotio in aqua calida (præsertim post cibum) cōcoctionem corrumpit, ac manus eneruat, quoniam calor natiuus retrahitur ab internis visceribus ad externas & ignobiles partes. *Gal. de sanit. tu.*

Porrò quoniam vnumquodque suo simili conseruatur: Oculi cùm sint natura frigidi, potiùs frigida lauari debent, vt inde remoueantur sordes palpebris inhærentes, ne ab ipsis oculi corrodantur.

Hoc

Tertia 3. tract. 1. cap. 5. Hoc etiam potissimùm visum confortat, teste Auicenna. Ex eis autem, inquit, quæ abstergunt oculos, & acuunt ipsos, est submergi in aqua clara, & aperire oculos in ipsa

Os præterea & dentes mundanda sunt, alioqui pariunt fœtidum anhelitum, facileque corrumpuntur, propter lentos & putridos humores adhærentes, qui etiam suis malignis vaporibus cerebrum ac spiritus offendunt, corruptionemque ciborum inducunt, propter eorum cum cibis in masticatione commixtionem.

Capitis pectio easdẽ, sed validiores præstat facultates, quàm frictio. Per hanc autem aperiuntur pori capitis, vt exeant vapores fulginosi, vnde subtiliores euadunt spiritus, & propriè confert sensibus. Quare mihi benè agere videntur quidam viri docti, & studiosi, qui sæpius in die pectunt leniter caput, quoniam visum confortat, & (vt dictũ est) omnes cerebri facultates. Hoc autem iubet author fieri pectine ex ebore, quoniã omne ebur tenax est, solidum & candidum, ideoque ad pectines nihil melius: nobilitas

litas illi tanta eſt, vt inter gemmas & aurum ſedeat, quamuis copia viliorem efficere deberet. Adde quod ſit medicamentum cordiale (vt aiunt) hoc eſt cor ac cerebrum confortans.

Dum licet ante cibũ ſtomacho ſine pondere corpus
Omne bis exerce, ſed modicè & leniter. **Exercitium.**

SCHOLION.

Ante exercitium aut nullus debet ſumi cibus, aut ſaltem admodùm paucus: in grauiſsima enim incommoda cadũt, qui frequenter à cibo exercentur. Sed in ipſo exercitio eſt etiam tenendus modus, quoniam non quiuis motus exercitium dicitur, ſed tantùm ſi quis vehementior eſt: terminus vehementiæ eſt anhelitus alteratio. Optimũ igitur exercitium eſt, quod fit, quando cibus duplici concoctione confectus eſt, ſcilicet manè, nam hoc tempore opportunum eſt alimentum concoctum in corpus diſtribui, & ſi quid excrementorum hic hæſerit expurgari, vtrunq; verò adiuuat exercitium (vt ſuprà oſtendimus) quòd ſi repleto cibis ventriculo multum quis ac vehementer ſe exercere voluerit pro expetitis exercitij commodis graue ali- *Gal. li. 2. ſanitatis tuendæ.*

aliquod nocumẽtum facilè reportabit: ſiquidem incoctus cibus ob vehementiam exercitij ad anguſtas venas attractus, varios morbos, & eos quidem difficiles, excitare poteſt,

Balneũ.

Lotus vbi exieris thermas fuge frigora, pranſus
Stare potes, modicè, ſi libet, ire potes.
Stantis enim cibus in ſtomacho conſidit, euntis
Eſt eadem ratio, ſi pede tardus eat.

SCHOLION.

Natura nuſquam fert ſubitaneas mutationes, quapropter generali methodo docet hic author, vt nemo ſubitò ſe transferat à loco calido in frigidum, & econtrà. Siue igitur quis intret balneum, ſiue thermas, hoc eſt, balnea naturalia (quorum multa genera paſsim in Italia, Germania, Gallia, & apud Eburones ſunt) quoniam tunc pori corporis aperiuntur, vnicè ſibi cauere debet ab iniuria externi aëris, alioquin incidet in catharros, dolores dentiũ, febres, & mille alia incommoda. Etſi tamen balnea per ſe (modò nimis frequenter nõ adhibeantur, quoniam tunc corpus effœminant & reſoluunt) valde vtilia ſint, quia poros aperiunt, ac humores craſſos circa cutim diſsi-

dißipant & eliciunt, nihilominus ante cibum rectius adminiſtrantur quotieſcunque euacuationem reſpicimus, nam quantum ad ſuperfluitates corporis exercendas exercitio, proportione reſpondent.

Stare poſt prandium, vel leniter deambulare, æquè benè conferunt, per ea enim fit melior deſcenſus ciborũ ad ventriculi fundum, vbi completur ipſa concoctio: ſi enim circa orificium ventriculi natet, cibus potius corrumpitur, quàm coquitur.

Prandia non adeas, niſi amor te cogat edendi,
Et vacuum ſtomachum noueris antè cibo.
Peius nimirum nil eſt humano in corpore, quàm ſi
Mixtio diſcordans fiat vterq; cibus.
Qui benè concoxit, multo ſatis ille labori eſt:
Qui malè, præſcripta ſe ratione gerat.

SCHOLION.

Sicuti, ſi ad focum calefacias aquam, & iam feruenti infundas frigidam, rurſus extinguitur calor: Ita turbatur concoctio, quum rurſus cibi ac potus ingeruntur crudi. Cibus enim præter naturam plus ingeſtus, ſicubi eſt, hic morbum facit. In victus igitur ratione vnicè *Aph. 17. libri 2.*

attendendum erit, ne cibi ingerantur intempeſtiuè, videlicet antequam homo modicè fuerit exercitatus, vel heſternus cibus deſcenderit, ac alliciente appetitu prandeatur & cœnetur. Ita ſe gerere debent, qui vires integras obtinent ac benè cõcoquunt: qui autem ſecùs ſe habent, vtantur exercitijs & rationibus victus præſcriptis.

De generibus exercitiorum.

Vtiliter vegetant vocalis verbera linguæ,
Arma, pilæ, ſaltus, teſſera, curſus, equi.

SCHOLION.

Septem præcipuas exercitationum differentias enumerat, quæ, prout ſunt diuerſi affectus, variæ eſſe debent. Verbi cauſa, ſit aliquis, cui multæ in thorace ſint ſuperfluitates, illi conuenient agitatio brachiorum, declamationes, clamores, & eiuſmodi vocis exercitationes, vt diſcutiantur ſuperfluitates, in pectore & pulmone contentæ. Quotidianus autem diſputationis vſus, Plutarcho autore, ſi voce peragatur, mira quædam eſt exercitatio, cõducens omninò non ſolùm ad bonam valetudinem, verùm etiam ad corporis robur.

Vt peccat stomachum qui mole grauauit iniqua, Crapula.
Sic plerunq; nimis continuisse nocet.

SCHOLION.

Quantum detrimenti & incommodi adferat nimia repletio, superiùs ostensum est: nam si quis modum excesserit, iucundissima quæque iniucundissima fient. Verùm sicuti ipsa vires nimis labefactat, ita etiam nimia abstinentia, quoniam calorē nostrum accendit, vnde febres, succosque biliosiores ac amarulentiores reddit, cordis ac stomachi morsus inducit, & inquietudinem, omnia denique excrementa acerbiora maligniora que efficit, dolorem capitis vertiginesque parit. Quid multa? abstinentia non vtendum, nisi in ijs qui crudis humoribus aut plethora laborant.

Quæritis an Veneri liceat parere vocanti? Venus.
Hic quoq; erit certus, sicut vbique, modus.
Multa Venus vires exhaurit, spiritibusq;
Noxia, consumit corpora mille modis.
Rara leuat, corpusq; iuuat Venus: optima vita est,
Quæ neq; casta nimis, nec nimis est petulans.
At tu cui studij flores fructusq; petuntur,
Si possis Venerem spernere, sanus eris.

Nāq; nec Aonidū Venus improba ludit in hortis;
Nec turpes flammas Musa pudica probat.
Ipsa gubernatrix studiorum casta Minerua est,
Artibus ingenuis est inimica Venus.

SCHOLION.

Est autem amor irrationalis cuiusdam cupiditatis excessus, qui velocem habet accessum, tardum autē discessum. Quapropter intolerabilis est Venus, si abundauerit. Sed (vt inquit Constantinus vir grauissimus) sanitatis custodiendæ fomes est, si non frequens nimium sit, aut non vltra debitum tempus omissa. Vnde rectè Cornelius Celsus, Neque nimis concupiscendam, neque nimis pertimescendam monet, quod & Carmine quidam sic cecinit: *Lib. 1. ca. 1.*

Balnea, Vina, Venus corrumpunt corpora nostra;
Sed vitam faciunt, Balnea, Vina Venus.

Quoniam eiusmodi mediocriter adhibita, corpus roborant, vt egregiè docet Hippocrates, libro 6. morborum popularium, vbi ita ad verbum scripsit: Labor, cibus, potus, somnus, Venus, omnia mediocria. Emolumenta, quæ Venerē temperatam sequuntur, sunt hęc: plenitatem exhaurit, corpus agilius reddit, augmen- *Lib. 6. Epidem.* *Gal. li. 2. & 5. sani. tuen.*

tum

tum procurat, & vitale magis reddit. Quod verò ad animam attinet, implicitam perplexamque ratiocinationis vim extricat, furentem indignationem mitigat, restituit hominem modestiæ, & aliàs quoquo modo demẽtes sapientiȩ. A cibis appetitus auersionem in ciborum appetentiam reducit. *Paulus Aegineta libr. 1. cap. 35.*

Sed immodicæ Veneris hæc sunt incommoda: visui & omnibus sensibus nocet, vniuersumq; corpus debilitat ac effœminat, podagram, paralysim creat, ac senectutem & mortem præmaturam accelerat. Quibus Hippocratis opinio cõsentit, dicentis, coitum lenem esse Epilepsiam. Adde præterea, quòd Venus duntaxat ætati florenti conuenit. Hanc igitur tanquam scyllam & charybdim fugient studiosi, ac omnes bonas disciplinas colentes adolescentes: vt enim dispari bus bobus nunquam bene trahitur currus, ita neque qui Veneris nimis studiosus est, vnquam perueniet ad veram sapientiam, tantum enim cõuenit Venus cum Minerua, atque ignis cum aqua. *Libr. de Aëre, Aquis & Locis.* *Gal. li. 2. sanit. tu.*

Quattuor ergo tui velut instrumenta laboris
Seruare arcana Relligione stude.

De virib. spirtibus actionib. mẽbrisq;

Spiritus tres. *Pectoris in fontem sanguis tenuißimus intrat,*
Nobilis assurgens spiritus inde venit.
Vitalis. *Viribus inde vigent toti vitalibus artus:*
Dicitur hic reliquis purior esse vapor.
Animalis. *At cerebro velut ætherea dominantur in arce*
Effectus, virtus quos animalis habet.
Naturalis. *Naturalis epar virtus stomachumq; voracem*
Poßidet, omnigeni sanguinis ista domus.
Ergo spiritui sanguis deseruit, at ille
Sensibus, hi famulos ceu rationis agunt.
Quisquis amas igitur studiorum intendere curis,
Hæc tanta in promptu commoda semper habe.
Gal. libr. quòd animi mores sequuntur tẽperaturam corporis. *Qualis enim sensus de sanguine spiritibusq́;,*
Talibus ingenium viribus esse solet.
Custodire potes medicas hæc firma per artes,
Si frugi vitam viuere fortè voles.
Hæc tibi palladio quicunq; ex puluere laudem
Quæris, habe, sed nos vtraq; turba manet.

SCHOLION.

Quatuor enumerat præcipua in corpore humano diligenter conseruanda, vtpote ex quibus cætera omnia dependeant. Hæc autem sunt spiritus tres, nempe animalis, vitalis, naturalis, & ipsa membra seu partes corporis, quibus mediantibus, perficiuntur omnes corporis actiones. Secutus autẽ vulgarium medicorum opinionem, tres statuit spiritus,

quam-

quamuis Galenus quibusdam in locis neget naturalem esse spiritum. *Lib. 1. de locis affectis cap. vltimo.*

In corde generatur vitalis spiritus omnium subtilissimus, præbens vitã ac calorem omnibus partibus corporis vitam habentibus.

In cerebro animalis, qui motũ & sensum omnibus sensibus impertit.

In hepate & venis, naturalis (si modò aliquis sit) qui nutrimentum, hoc est, sanguinem naturalem cæteris partibus suppeditat. Ex sanguine igitur primario generantur spiritus, sed illi sensibus inseruiunt, qua de causa efficiendum est, vt sanguis bonus ac syncerus in corpore generetur (quandoquidẽ animi mores, teste Galeno, sequuntur corporis temperaturam) id quod probè efficere possumus, si præcepta medica in hoc libello, secundum Galenum descripta, sequamur, quoniam etsi ab ipsa natiuitate homo præditus sit optima natura, tamen ex praua & inordinata victus ratione & consuetudine, bona ipsius temperatura vitiatur, ac proinde mores, ac spiritus boni corrumpuntur, quandoquidem parum est bene temperatum nasci, sed multum bene educari.

Quid benè valentibus agendum.

Iam ne cuncta putes paruo voluisse libello
Claudere, quæ nemo dinumerare queat.
Accipe consilium, quo non est verius vllum,
Atq; ita naturam dicere crede tibi.
Sanus es, & nullis confectus corpora morbis,
Et tuus es, nec te iussa aliena trahunt,

Cel. li. 1. cap. 1.

Nullius obstrictus Medicorum legibus esto,
Deformet corpus nullus alipta tuum
Quin potius varium vitæ sectare tenorem,
Teq; tibi similem ne patiare diu.
Nunc vrbana potes tractare negotia, sæpe

Laudes et cōmoda vitæ rusticæ.

Rura graues casus non habitura petes.
Mille voluptatum species tibi rura ministrant:
Non aliquo po eris sanior esse loco.
Nunc timidum longa captabis arundine piscem,
Nunc vdo aëreum vimine fallis auem.
Nunc errare greges pecudum spectabis ab alto
Vertice, nunc syluas frigidaq; antra subis.
Nusquam commodius quàm viuere rure beato:
Illa potest ipsos vita decere Deos.
Felices quos rura iuuant, quibus illa voluptas
Contigit, hoc optem viuere posse modo.
Hac ego vel Crœsos vita mutare ducentos,
Hac nolim Phrygij ditia regna Midæ.
Sæpe hîc profuerit placitæ indulsisse quieti:
Sæpius at sanis præstat agenda dari.

Ignauia. *Perdit enim validas vecors ignauia vires:*
Labor. *Confirmat modicus, restituitq; labor.*

Illa ſenectutem citius quàm debuit, adfert:
Hic æui florem donat adeſſe diu.
Interdum thermas, interdum frigida inibis
Balnea: ſæpe vnges corpora, ſæpe minus.
Sæpe cibis tutò poteris vulgaribus vti:
Sæpe frequens, alio tempore ſolus eris.
Nonnunquã plus, quàm decuit, ſumpſiſſe ciborũ,
Nunc potes audacem non habuiſſe gulam.
Vtilius multum, qui concoquit omnia, ſumit.
Nulla quidem ſanis regula certa datur.
Hæc poterunt ſeruare alacres, & corpore firmi:
Ius libertatis nullius æger habet.
Sanus es, auxilium noli conſumere morbi,
Vt ſi fortè cadas, tu medeare tibi.
Nam citò deſtituunt conſumptæ corpora vires:
Reſtituunt validæ quamlibet ægra ſibi.

SCHOLION.

Totus hic textus deſumptus eſt ex Cornelio Celſo, libro 1. capite 1. vbi docet ſanos nullis adſtrictos eſſe legibus Medicorum debere, ſed omnibus generibus ac viuendi rationibus ſe exponere, cauſas ſatis diffusè deſcripſit author, adeò, vt non egeat longiori expoſitione: Quamobrem rectè ſapienterque præcipit Hippocrates, debere nos interdum à conſuetis ad inconſueta tranſire, vt ſi

quando casus aut necessitas tulerit, vt contra quàm consueueramus, sit viuendum, minus inde lædamur. Per sanos autem hic intelligimus, qui verè sani sunt, non qui sub statu neutro continentur, illi enim quomodo regendi sint, docet Galenus abundè, lib. de sanitate tuenda, mutatio autē in illis semper nociua est, quandoquidem ab omnibus causis facilè læduntur, vtpote qui adhuc intra limites sanitatis sint, sed ita, vt minima iniuria extra illos pellantur, cętera per se clara sunt.

Propositio.

Correctio.

Nunc tibi quæ ratio, quæ sit natura ciborum,
Versibus imparibus noster Apollo canet.

Ostendit rationē alimentorum à simili.

Nō tamē omnigenū. Quis enim queat? ista futuræ
Præmetium meßi, carmina pauca damus.
Sicut edax ignis præpinguem lampada pascit,
Donec stuppa calens, quo foueatur, habet,
Postquā deinde sequax flammā defecerit humor,
Ipsa perexiguo tempore tota perit:

Calor naturalis.

Sic calor in nostro bibit humida corpore, donec
Naturæ faciles sunt alimenta cibi.

Accommodatio.

Quæ si deficiant rimantem cuncta calorem,
Certum est hoc animam depereunte sequi.

Neceßitudo nutrimēti.

Namq; vbi iam quod agat non inuenit, efflat in auras,
Materiæ vires destituente suas.
Illa igitur ratio est, quæ corpora nostra foueri
Præcipit, & certa lege necesse facit.

Et quia diſſoluunt calor, & qui circuit aër,*
In loca qui ſubeant, eſt opus eſſe cibos.
Qui quia ſunt varij, nec ab vna lege petendi,
Refert accipias quoſue quibuſue modis.

* περιέχων.

SCHOLION.

Poſtquam autor explicauit conſtitutionem, ſeu naturam hominis, tradidítque in genere rationem tuendæ valetudinis, declarat facultates variorum alimentorum, ſine quibus nemo poteſt vel minimo tẽpore, corporis ſanitatem conſeruare. Cùm enim vita noſtra conſiſtat in calido & humido, naturali ſcilicet, non extraneo, neceſſaria erit nobis cõtinua nutritio ac repoſitio eorũ quæ ab ipſo calore conſumpta ſunt. Hic enim calor vitę opifex, cùm nunquam ocioſus ſit. Depaſcit cõtinuè humidum noſtrum naturale, nam quemadmodũ in lampade, vel candela, nunquã non agit calor in oleũ: Ita nec calor noſter naturalis in humidũ primogenium. Et ſicut ignis lampadis cõſeruatur per effuſionẽ noui olei: Ita & calor noſter per alimenta fouetur, quę à facultatibus naturalibus erudiuntur ac præparãtur, fiuntq́; materia ipſi calori idonea. Sed cũ nõ liceat corpori no-

ſtro, ſicuti lampadi tantum apponere, quantum deperditum eſt, propterea, vt inquit Diuus Iob, naſcendo morimur. Nam calor noſter, qui per ſe cauſa vitæ noſtræ exiſtit, per accidens eſt cauſa noſtri interitus, etiamſi interitum non expetat, ipſum tamē neceſſariò affert, quoniam ſublato humido, conſequens eſt & ipſum calorem auferri. Argumento eſt, quòd ætate progrediente ſenſim vi caloris humidum vincentis, membra ſicceſcunt. Sed vt reſarciatur quicquid deperditum eſt (quamuis non totum liceat) multum refert, quibus alimentis id fiat: nam quò meliora ſunt, hoc eſt euchyma, & corpori noſtro ſimiliora, eò facilius & melius nos nutriunt, & reponunt quicquid de noſtra ſubſtantia defluxum eſt. Quare, vt inquit Hippocrates, quæ nunc inuenta ſunt edulia, multa arte excogitata, & multo tempore producta eſſe videntur, quoniam multa & grauia ex forti & ferino victu homines paterentur, qui intemperatas & magnas vires habens, ingerebatur. Ob hanc itaq; neceſsitatem etiā illi mihi videntur quæſiuiſſe victum naturæ conuenientem, & inueniſſe hunc, quo nunc vtimur, etiamſi in-

Libro de veteri medicina.

si insolentia hominum quotidie nouos ac inauditos cibos (ne dicam horrendos) inueniat ac somniet: tantus enim est luxus, tanta gulositas apud quosdam, vt non solùm non sint contenti melioribus ac delicatioribus, sed etiam ad fungos aliaque venenata, quadam moti insania, ac voluptate prodiga sese conuertant, sed nos hic intelligimus cibos boni succi.

Diuersitas animalium. Exemplum.

De carnibus quadrupedũ et primò de suilla et hœdina.

Vtq; hinc incipiam: Quosdam quæsisse videmus,
Quæ caro plus vegetet corpora, quæq; minus.
Bruta feris video prælata domestica, quorum
Plus alimentorum carnibus esse putant.
Illa tamen durant, & fortia corpora reddunt:
Hæc vt sana magis constituantur, agunt.
Quis neget? vtq; negat nemo sic prima suillis
Carnibus, & merita gloria laude datur.
Erepti pauidis lactantes matribus hœdi,
Et multis nuper nata capella placet.
Attamen est ratio palmam tribuisse suillis,
Quòd similes hominum carnibus esse ferant.
Quod verum docuit rerum experientia doctrix,
Quæ potior causis omnibus esse potest.
Sæpe humana aliquos in viscera casus adegit,
Atq; homines iussit mandere dira fames.
Ne quid inexpertum medicina relinqueret, olim
Membratim viuos execuere viros:

Hœdina.

Suilla caro similis est humanæ.

Probatiô ab experientia

Hoc faciendum iubet Cornel. Cels. idẽ fecere olim Erasistratus et Herophylus.

Atq;

Atq; ita diuinum, paucorum crimine, munus
Facta, nefas dictu, carnificina fuit.
Quæ velut è spacio res me tulit, ergo suillæ
Vis naturæ hominum proxima carnis erat.

SCHOLION.

Quò alimentum (vt suprà ostendimus) nostrę naturę similius est, eò citius ac magis nos nutrit. Propterea caro omnis cùm probè cocta fuerit, optimum generat sanguinem, præcipuè animaliũ, quæ bono constant succo, cuius generis sunt Sues: nã suilla caro inter omnia edulia valentissima est probissimiq; succi, modò venter cõcoquat, & iecur in sanguinem mutet, atq; illius esus ex omni animantiũ pedibus fissis numero saluberrimus, pituitosam tamen habet substantiam, vnde assa melior creditur, & fortasse vinum desiderat, eadẽ quoq; ratione, nam quæ humidiora sunt, teste Aristotele, nõ sunt humectanda, nec licciora plus exiccanda. Si tamen elixari suilla caro debeat, pipere, cæpis, & saluia condiatur. Similitudinem magnam habet cum carne humana, id quod vel ex eo colligas, quòd quidam humanis carnibus vescentes, quasi porcinis, nullam eius neque gustu, neque olfactu suspitionem habuerunt, no-

Ga. li. de Euchymia & Cacochymia.

noſtris etiam temporibus ab Hiſpanis reperti ſunt in America homines, quos Anthropophagos nominant, qui ſua cru delitate homines extraneos inſequuntur, vt eorum carnibus ſatientur, quam ſupra omnem alium cibum mirum in modum appetunt, ac illa delectantur. Nos etiam quum Anno 1539. in Ruſsia eſſemus, vidimus homines ſemiferos, ha bitantes ad littora ſeptentrionalia maris Sarmatici, quos ſciuimus nonnunquam magna cum voluptate carnes humanas deuorare. His nullum eſt linguæ commercium, ſed nutu duntaxt & ſignis permutant merces. Sed hic nobis obſtrepit aduerſarius, dicens, carnes ſuillas multa incõmoda in corpore excitare, quoniã cõcoctu difficiles, ac ſubſtantię craſſæ exi ſtant, ob idq; obſtructiones, craſſumq; ſuccũ procreare, qui omniũ affectuum morboſorũ origo eſt. Quod verũ eſſe fatemur, ſi in ventriculũ imbecillem incidat, minimeque concoquatur. Propterea etſi boni ſint ſucci, valentiſsimeque nutriat, nõ conuenit ſtudioſis, ocioſis, ac debilibus, ſed Athletis, foſſoribus, baiulatoribus, alijſque robuſtioribus validiſque exercitijs deditis. Sed rur-

Obiectio.

Reſpõſio.

rurſum porci vetuſtiſsimi (vt interim taceam de pernis, alijsque fumo toſtis) atque etiam eius, qui ſtatim à partu voratur caro deterrima, ſed laudanda, quæ annum non exceſſerit, & quæ diebus aliquot ſale conſperſa fuerit, vt viſcoſitatē amittat, adeò, vt etiam arbitrarer ſtudioſis & ocioſis conducere, modò eius vſus nimis frequens non ſit.

Ouilla. *Lanigerarum ouium ſucco peccante redundat,*
Hircina. *Hircus olens, itidem capraq́ crimen habet.*
Caprina *De boue ſemper edat qui bilem deſpicit atram,*
Bubula. *Quò ſenior bos eſt, hòc caro peior erit.*
Vaccina. *Viſcera ſi quis edat vetulæ prærancida vaccæ,*
Synecdoche. *Implicitus duris febribus eſſe volet.*

SCHOLION.

Suilla caro excrementis prauoq́; ſucco abundat, ſed in his regionibus ob conſuetudinē inter ſalubres annumeratur. *Gal.li.3. de alimentis.* Hircina tum ad ſucci probitatem, tum ad coctionem omnium ineptiſsima, ſimiliter caprina: huic enim præter ſucci prauitatem, acceſsit acrimonia, & concoctu difficilis eſt, flatus ſuſcitans, & ructum bilemque pariens. Bubula frigida & ſicca eſt, potiſsimùm vetula, alimentum tamen non exiguum, nec diſcurſu

lene

ſene præſtat, ſed ſanguinem craſsiorem quàm par eſt, gignit, adeò, vt ſi frequenter ex ea veſcatur, qui melancholiæ ſymbolum habet, melancholicus efficiatur, aut ſymptomati huic humori proportionato, vt eſt elephãtiaſis, lepra, cancer, ſcabies fœda, pſora dicta, cum ſquamis erumpens lancinanſque totam cutem, febres quartanæ, & morbus, quem ſpeciali nomine, melancholiam dicũt. Propterea veteres ab iſta carne non minus abſtinuerunt, quàm recutiti à porcina. Attamen non ſuaderẽ ab illa (ſicuti neq; ab alijs) ex toto abſtineri, verùm ne ſit aſsiduus vſus, ijs præſertim, qui validioribus exercitijs dediti non ſunt. Porrò caueant ſibi ab omnibus (vt vocant) infumatis. Proinde hic mihi adijciendum videatur, quòd maxima ſit, cùm in carnium, tum in piſcium præparatione differentia, ac diligentia etiam adhibenda, nam omnia elixa citius nutriunt quàm aſſata, ſed non tam diu, quoniam eorum ſubſtantia pro maiori parte in iure conſumitur, ac in vaporem reſoluitur, in toſtis duntaxat, quod in vaporem euaporatur, deperditur. Quapropter ſuaderem pocula, in quibus elixantur carnes aut

piſces, diligenter obſtrui, ne aliquid inde exhalaretur, vel vice operculi ſuperponere alembicum (quod vocāt) ex plumbo vel terra vitreata cū receptaculo (ſicuti nos facimus in præparatione ciborum ægrotantium) ad recipiendum liquorem, qui exhalatur: hic enim potenter nutrit, & citiſsimè, conuenientiſsimusque eſt ſanis, & à longo morbo reualeſcentibus, aſſanda deberent inuolui folijs vitis viridibus tēpore æſtatis. Hyeme verò chartis, vel intra duo vitra ad hoc fabricata concludi, vt carnes eo pacto perpetuo ſuo ſucco madeſcant: vel in clibano in vaſe cum alembico (vt ſuprà dictum eſt) aſſari, vel alio modo caueri, ne ſubtilior, ac melior eorum ſubſtantia exhalet, aut deperdatur. Modum ac rationem coquendi ac aſſandi huiuſmodi cibaria, alibi luculenter tradidimus.

Me lepus hyberno caulem depaſtus in horto,
Quantumuis bilis terreat atra, capit.
Me, tener è cæcis data præda cuniculus antris,
Me, tenerum quicquid luſtra domusq́ ferunt.

Leporina Cunicu-lina.

SCHOLION.

Ex Martialis ſententia inter quadrupedes primas dat carni leporinæ, quamuis ſit ſicca, & ob id concoctu difficilis, &

ſuccum gignat melancholicicum, minus tamen prædictis carnibus. Cuniculi caro humidior eſt, ſed cum leporina valde cognata, melius tamen & facilius alit. *Gale. de ſubtili- ante dieta.*

Concoctu nimium dura ceruina, ſed illam
Conditam calidis ſumere ſæpe licet.

SCHOLION.

Caro ceruina praui ſucci eſt, & concoctu difficilis, Aeſtate tamē magis culpabilis propter eſum ſerpentum, quos, teſte Plinio, tunc venantur, ac narium ſpiritu ex cauernulis etiam ipſos renitentes extrahunt & deuorant, ob id etiā tutius ex aromatibus ſumitur eorum caro: hæc enim præterquam quòd venenum deſtruunt, ſuo calore facultatem concoctricem adiuuant, ſicuti plurima alia cibaria natura praua præparatione artificioſa emendantur. *Libr. 5. ca. 32. & li. 28. cap. 9.*

Laudatur vitulina magis, ſed ab vbere matris *Vitulina*
Rapta modò, veteri eſt gratia nempe minor.
Summatim noua ſunt ſemper meliora vetuſtis, *Regula.*
Et ſtomacho poſſunt commodiore coqui.

SCHOLION.

Poſt ſuillam ſecundum locum obtinet hœdina, mox vitulina, vt quę facilè obedientes, bonū ſanguinē generent, modò non ſint nimis recētes, omnes enim ex-

tremę ætates vitiosæ sunt, nam nimis iuuenis caro tantùm mucus est, vt inquit Galenus, & ob id valde excrementitia, vetusta, ob siccitatem nimis dura. Mediæ igitur carnes optimæ & saluberrimæ sunt. Ex hœdis tamen subrufi & cœsij longè cæteris sunt præstantiores.

Sic maribus castrata præibunt, pinguia siccis,
Quadrupedum nec nos cætera turba mouet.

SCHOLION.

Hunc locum, vt plura alia sequentia, ex Paulo Aegineta desumpsit, vbi sic ad verbũ habet: In vniuersum verò recentiora omnia veteribus humidiora, molliora, & coctu faciliora sunt. Pari modo & castrata ijs, qui testiculos etiamdũ habent, & bene habita strigosis.

Lib. 1. cap. 84.

Vidi ego in Arctois impexum Tartaron oris,
Immanes auidis dentibus esse feras.
Vidi & equina fero lacerare cadauera morsu,
Crudaq́ Sauromatis frusta fuisse cibum.
Quas ego non Alces, immania monstra, comedi?
Quos ego non Vros semiferaq́ boues?
Dÿ melius, tali quam vitam degere cultu,
Qui nihil humani, nomina præter habet.

Nos

Nos cœlo meliore ſati, meliora ſequemur,
Corporis atq; animi quo tueamur opes.
Quæ quibus adfuerint non illis aurea deerit
Copia, nec regnum diuitis omne Midæ.
Tam bene ſi valeas animoq́; & corpore, vinces
Quæ bona cunq; homini maximus orbis habet.
Hoc poteris medicas pulchrè tenuiſſe per artes,
Si modò non ſordent hæc elementa tibi.

SCHOLION.

Apud diuerſas gentes diuerſi ſunt cibi in vſu, cùm ob penuriã in quibuſdam regionibus, rerum, tum ob immanem ferocitatem ac barbariem quarundam gentium, quæ ferè diuerſificantur propter regionum diuerſas conſtitutiones, cœliq; habitum, vnde apud Scythas plurimi comedunt carnes equinas, aſininas, aliorumq́; huiuſmodi animalium: apud alias gentes plerique canes, lupos, vulpes, & ſimilia, nec vſquam inuenies meliorem viuendi rationem, quàm in noſtra Europa, neq; delicatiorem, quæ vna maxima ratio eſt, cur in illa præter alias partes, magis vigeant omnes artes, ac diſciplinæ cultusque vitæ ob ſynceritatem ingenij, quæ ex bonis ſuccis, è me-

lioribus cibis procreatis, producitur.

De partibus animaliū.

Aures.

Rostra.

Lingua.

Mammæ

Glandes

Renes.

Cerebrū

Medulla spinæ.

Ergo vbi carne famē pulsurus es, hoc quoq; cura,
Quid faciant stomacho singula membra tuo.
Auribus & rostris quæ sunt in quoq; animali,
Et caro durior, & minus apta coqui.
Lingua parū nutrit, quia laxa & sanguine cassa.
Siue sit illa auiū, siue sit illa boum. (est,
Mammarum de glande ferunt præstare Suillas,
Exangues renes non citò posse coqui.
Sæpe auidis cerebellorum pituita molesta est,
Aptè cocta tamen conuenienter alunt.
Spinarum similis cerebro solet esse medulla,
Dulcia gustanti, plus tamen illa sapit.

SCHOLION.

Nutrimentum est quicquid corpori, quod alitur, assimilari potest, ob id, quò alimentum nostræ naturæ similius erit, eò citius, facilius, ac melius nos nutriet, & quò partes animalium exanguiores sunt, & longius à carne recedunt, eò minus nutrimenti corporibus nostris præbent. Rostra igitur, aures & guttur, propter cartilagines digestioni sunt rebelles, pauci, & mali nutrimenti. Linguæ bonitas ægris (ni rectè præparetur) & rectè valentibus, susque deque ferenda. Mammæ, quia glandulosæ, minus nutriunt,

triunt, ſed in delitijs habentur. Renes propter duritiem ac ſubſtantiam compactiorem difficilè concoquuntur. Omne cerebrum cacoſtomachicon eſt, nauſeamque facit, ſicut oſsium ouium medulla, & adipes, appetitum corrumpentes, ſuccum generãtes pituitoſum, craſſum, difficileque permeantem. Propterea pipere, zingibere, aut alijs aromatibus cõdiri debeut, ſi tamen concoquantur, alimentum corpori non infimæ notæ præſtabunt.

Cor, iecur, atq; lien ſucci ſunt nulla ferentis Viſcera.
Commoda, ſed nigra corpora bile grauant.
Concoctu facilis pulmo eſt, & laxior illis, Pulmo.
Sed nimio vtentes phlegmate tardat ali.
Inteſtina quoq; humorẽ craſſum omnia gignunt, Inteſtina.
Incondita magis, puluerulenta minus.
Cætera præſtabunt Medici maiora profeßi,
Noſter in exiguo puluere ſudat equus.

SCHOLION.

Cordis ſubſtantia fibroſa eſt, & dura carne, ideo nõ ſine magno negocio confici poteſt, tardeque commeat: ſed ſi digeri poteſt, multum nutrit, & bonum creat ſanguinem, maximè tamen cor cerui, quod proprietate quadam occulta prodeſt intoxicatis.

Iecur omnium animalium crasso succo constat, non facilè conficitur, tardè commeat. De quadrupedibus tamē melius est hœdinum, vitulinum, & porcinum. De volatilibus gallinarum, & obesarum anatum. Iecur verò caprarũ quadam etiam propria facultate restituit aciem illis, quos nyctilopas vocant.

Lien praui succi creditur, cùm melancholici sanguinis fons sit & officina.

Pulmonis alimentum pituitosum est, & quanto iecore & liene est mollior, tantò etiam concoctioni accommodatior.

Intestina concoctu admodum difficilia sunt, frigidumque humorem procreant, ob id vsuuenit, quòd ferè aromatibus condiantur, vt facilius in ventriculo conficiantur.

Plumigerarum auium ratio est diuersa: quòd illæ
Digestu faciles, corpora peius alunt.
Ex ijs præcipuè, perdix, teneriq́, columbi,
*Et quæ de Scythico *Phaside nomen habet.*
Gallinæq́, hominum manibus data pabula pastæ,
Notior & priscis Attagen Ionibus.
Firmius in paruis alimentum creditur, vt quas
Allectas pastu retia parua trahunt.

* *Phasiani à phasi fluuio dicti sunt, qui apud Colchos ex Armeno mōte exoriens in Euxinũ mare labitur, et ex hoc fluuio ab Argonautis ad nos allati sunt.*

Voca-

Vocales merulæ, fringillaq; frigore gaudens,
Et passer petulans, & galleata caput.
Sed tamen à nostris patinis procul improbe passer
Esse velis, plus te dulcis Alauda placet.
Voce sua melius vernabit *Daulias ales, — * *Luscinia.*
Debeat ingratæ quam cibus esse gulæ.
Stercoreos edat ille Epopas, dirasq́; Celenos,
Qui tantum poßit non metuisse nefas.
Inter aues turdus, qui dixit, *gloria prima est — * *nempe Martialis.*
Quercubus Epiri verior ille fuit.
Plus tamẽ hanc cõmendat hyems æstate volucrẽ: — *Variant animalia diuersis tẽporibus propter nutrimẽti copiam aut bonitatem.*
Tunc loca iuniperis namq; referta colunt:
Gratior Autumni præpingues copia reddit;
Tunc humiles colles, & loca plana tenent.
Quid moror in paruis? mensarum gloria Pauo — *Pauo.*
Plus lauti & nitidi quàm bonitatis habet.
Intulit hunc primus cœnis Hortensius audax,
Addubites lingua doctior, anne gula.
Sæpe meas oneret mensas fluuiatilis anser, — *Anser.*
Dum modò sagina membra grauata trahat.
Corpora multum implet, sed adhæret inutilis humor,
Et stomacho insidens vix benè digeritur.
Tu tamen implumes sapienter adederis alas: — *Auiũ alæ*
Rectius his editur partibus omnis auis.
Paruum distat Anas ceruice & pectore præstans. — *Anas. Mart. li. 13. Epigram.*
Dixerit ergo aliquis, cætera redde coquo.
Munda valebat edi rostratior omnibus ales, — *Ciconia.*
Cui Palamedeæ præualuistis aues. — *Grus.*

Cignus. *Qui primus docuit phœbæos mandere cignos,*
In Phœbum & musas impius ille fuit.
Sed tamen hos eadem ratio est imponere mensis,
Quæ reliquis rarò parcit aquatilibus.
Aues aquaticæ. *Omnis enim volucrũ fluuios quæ turba frequentat,*
Edulij vitium deterioris habet.

SCHOLION.

Carnes auium corpora peius, hoc est, minus alunt, sed inter ipsas, sicuti inter quadrupes, magnum est discrimen, quoniam earum carnes, quæ in aquis degunt, nutrimentumque inde venantur, sunt longè peiores alijs, ac concoctu difficiliores, vtpote succũ prauum ac crassum gignentes, sed si cõcoquantur, longè potentius nutriunt. Quapropter conueniunt solùm deditis laboribus ac validis exercitijs. Veruntamen auium omniũ genus lenissimũ cibum præstat, si ad quadrupedes cõferatur: Imprimis verò, si ad suem, qua non facilè inuenies quod valẽtioris sit nutrimenti, sed eorũ quę volatu fidunt, caro ob facilẽ coctionẽ præcipuã laudẽ meretur perdicis, columbi, phasiani, gallinæ, attagenis, merulæ, passerculorum, quo numero turricolæ dicti etiam habentur, sed horũ caro durior est. Sed vt speciatim de omnibus ab authore

Gal. li. 3. de alimentis.

thore numeratis aliquid dicamus. Inter aues perdicis caro benè facileq; coquitur, parũ excrementi, multũ nutrimenti in se habet, genituram facit, demortuamq; venerẽ excitat, vnde Martialis; *Perdix.*

Ponitur Ausonijs auis hæc rarißima mensis,
Hanc in lautorum mandere sæpe soles.

Columbę verò ex auiũ numero sunt, quæ præcipuã laudem merẽtur, propter facilem concoctionẽ, & præsertim earũ pulli decollati, effluxoq; cruore, quoniã sic nõ solùm apti sunt ad nutrimentum, verùm etiam quasi antidotum renibus affectis mirificè subueniunt, cibusque sunt pituita laborantibus nõ inutilis, sed si veteres sunt, sanguinem facilè inflammabilem generant, vnde febricitantibus & natura calidis non conueniunt.

Phasianum vult Galenus coctione & nutrimento gallinis parem, sed cibo suauiorem. Auicenna cæteris auibus antefert, aliqui volunt mediũ esse inter perdicem & capum. *Lib.3. de alimẽtis.*

Ex gallinis, quę assantur (inquit Auicenna) meliores sunt quæ in ventre hœdi aut agni assantur, earum enim humidum conseruatur. Meliores sunt hyeme, quòd tũc minus fœtu exhauriãtur, vnde

apud

apud nos etiam inualuit consuetndo, vt illo tempore præcipuè comedantur. Sed silentio non prætereunda est autoritas Rasis, dicentis, carnem gallinarum frequenter comestã vermes generare, quæ tamẽ, inquit, non nimium antiquæ sunt, nec nimium pingues, temperatiores a lijs existunt.

Lib. 3. Aphoris.

De Attagene retrò dictum est, quòd sit concoctu facilis, de qua Martialis ita scripsit: Inter sapores fertur alimentum primus Ionicarum gustus Attagenarũ.

Lib. 3. Epigram.

Merularum caro pauci nutrimenti est, tardè coquitur, & melancholiam gignit.

Passeres, quia nimis calidi, malè alunt, & difficulter coquuntur, libidinemque (vt est animal libidinosum) excitant. Si vis esse salax, hic cerebella dabit.

Alaudæ, siue Galeritæ caro atque ius, homini commoda sunt tosta. Prçterea & in cibo data, cœliacis doloribus medetur.

Dioscori. libr. 2. cap. 46.

Turdi præcipuè hyeme multum ac benè alunt, paucique sunt recrementi. Et vt Autumno sunt pinguiores, ita hyeme sunt salubriores, ob nutrimentũ medicamentosum, quo illo tempore vtuntur.

Inter

Inter aues turdus, si quis me iudice certet? *Mart. li. 13. Epigram.*
Inter quadrupedes gloria prima lepus.

Pauonis caro admodum fibrosa & dura est, concoctu difficilis, sed caro pauonis Indici gratior, & stomacho vtilior existit. Aegineta in pauone animaduertit duritiam & difficultatem concoctionis, & nutrimentũ ipsius febres creare. *Lib. 1.*

Anserum caro repugnat concoctioni, excrementis abundat, sed earum alæ aliorum alis non sunt deteriores: his tamen meliores sunt Gallinarum alæ.

Anatis caro parum differt ab his, nisi quòd calidior sit.

Tota quidem ponatur Anas, sed pectore tantùm *Mar. lib. 13. Epig.*
Et ceruice sapit: cætera redde coquo.

Gruum, ciconiarumque caro vniuersa dura & fibrosa est, comeduntur tamen tutiùs, si priùs plurimis diebus in aëre macerentur, vt tenerescant, plus tamen excrementi quàm nutrimenti in se habent. *Lib. 2. de alimentorũ facultatib.*

Cigni caro sicuti omnium aquatilium auium praui est succi, melancholicum succum generat, crassum videlicet & frigidum. Sed quoniam de omnibus quæ hodie apud diuites in delitijs habentur, hic nolumus tractare, sufficiet nobis sen-

tentia

tentia Galeni, dicētis, haud mediocrem differentiam esse inter ea quæ in stagnis aut paludibus, lacubúsue degunt, & ea quæ in montibus aut locis siccis vagantur: nam pro ratione locorum, sicuti & nutrimentorum, carnes animalium aut siccæ, & excrementis vacuæ, concoctuq; faciles, vel humidæ, & excrementitiæ, concoctuq; difficiles redduntur.

De arborum fructibus.

Nunc quid ab arboribus prosit noceá ue legenti
Parte aliqua, tantùm sed breuiore canam.
Nec mea glandiferas quercus nondū orbis adulti
Musa canet, verùm temporis huius opes.
Præcipuè Autumni prægnanteis diuitis hortos,
Copia quem cornu tota fluente beat.
Ergo tot inter opes regnantis fructibus anni
Prima locum meritò ficus & vua tenent.
*Vtraq; nam succis implent * melioribus, & vil*
Quo noceant, vitij damna ferentis habent.

Ficus. *Vua.*

** Est vocabulum medicū, quod significat nutrit: ita enim locutus est Hippoc. Aphor. 11. lib. 2.*

SCHOLION.

Omnes arborum fructus in genere humidi sunt, succumque tenuem ac humidum generant (vnde meritò græcis oligotrophi, id est, exigui nutrimenti vocati fuere) quare facilè commeabilis est, velociterq; excernitur, tum per vrinam, tum per cutis spiramenta. Veruntamen hoc

Lib. 2. de alimētis.

hoc intelligendum erit respectiuè, nam quidam amplius corpori adferunt nutrimentum, neq; tam citò transit succus ab ipsis generatus, vtpote qui crassam, glutinosam, vel adstringentem substantiam obtinet. Non autem absurdè ficubus ac vuis primum dedit locum, omnibus enim fugacibus melius nutriunt, minimeque praui sunt succi.

Ficus enim bonum procreant sanguinem, modò earum vsus non sit asiduus, alioquin pediculos generant, propter crassum ac fuliginosum, quē procreant succum, maturæ ac recētes, peiores sunt siccis, prosunt calculosis, nā abstergunt bonumque faciunt aluum.

Vuæ ficubus minus alunt, atq; caro ex his generata minimè firma est, sed fungosa, & cum humiditate quadam flaccescens. Omnis recens vua aluum turbat, & stomachū inflat, innocentior tamen quæ aliquandiu pependit, exaruit enim in ea maior humoris sui pars: stomacho accommodata, appetentiam cibi reuocat, & quibus infirmum corpus est, etiam vtilis. *Lib. 2. de alimētis.* *Dioſco. li. 5. ca. 3*

Causa, cur diutius vuæ seruari possunt, est, quia earum humor alienis vnà cum calo-

Proble- matum Aristot. sect. 14, quaest. 2. calore euanescit. Vuæ multiplices sunt, sed quò dulciores ac minori succo prædita, eò vberiorem alimoniam corpori præbēt, quibus copiosior est succus, minorem alendi facultatem obtinent, sed eis maior vis laxandi inest: Alimentum *Lib. 3. de alimētis.* enim ex his tale distribuitur in corpus, qualis fuerit eorum natura, vt dulce ex dulcibus: Ex pinguibus dulcibusq; amplius, ab austeris & macris parcius. Vuæ verò passæ calidiores sunt, & stomacho aptiores, atq; reliquis vuis magis alunt, sed minus aluū soluunt. ventriculū cor- *Libr. de facilè parabilibus* roborant, vt ait Galenus. A patiendo illis nomen inditum est, Plinio libro 14. capite primo: Vuarum passarum optimæ sunt pingues, siue carnosæ, è suo veluti cortice tenues.

Mora.

Alba priùs, nunc rubra tuo de sanguine Thysbe
Humida sunt multum, frigida mora minus;
Ante cibos gustata alios, sunt mollia ventri
Et stomacho, quamuis parua alimenta ferant.

SCHOLION.

Mora ob humiditatem ac lubricitatē substantiæ facilè descendunt, aluumq; stimulant: habent enim in se acriorem quan-

quandam facultatem ad hoc idoneam. Propterea prima mensa sumenda sunt, nam secundo loco assumpta, aut prauo in ventre humori occurrentia celerrimè vnà cum alijs cibis corrumpuntur, Ventriculi os nō minus quàm pepones, vbi calidum erit, refrigerant & humectant, parcissimè corpus alunt. Consulit Galenus diligenter eluenda priusquàm assumantur. *Lib. 2. de alimētis.*

Cerasa.

Noxia sunt stomacho cerasi prædulcia poma,
Ingerat huic eadem si quis acerba, iuuant.
Illa mouent, hæc adstringunt cōmuniter aluum.
Vis vuas eadem rubraq́; mora tenet.

Regula generalis nā omnia dulcia mouēt aluū, austera cōfortāt atq; adstringūt.

SCHOLION.

Cerasa dulcia citiùs delabuntur, austera ventriculo sunt vtiliora, & ob vim incidendi quam habent, teste Paulo Aegineta, pituitosis excrementosisque stomachis prosunt, Recētia bonum faciunt aluum, siccata verò sistunt. *Libr. 7. Diosc. li. 1. ca. 134*

Nuclei pini.

Vt iuuat vtilibus ventrem nux pinea succis,
Sic ægrè vires exuit ipsa suas.

SCHOLION.

Nuclei pini parum in vsu sunt, nisi in medicinis: hodie tamen ex Zacharo, Ci-

namomo ac alijs præparantur, in delitijs conuiuiorum multum nutriunt, sed difficilè concoquuntur: eorum facultas ferè eadem est cum amygdalarũ & auellanarũ. Hos veteres Strobilos vocauere.

Persica. *Persica quisquis edes, cœnæ sint prima videto:*
Ne noceant alio non citò pulsa cibo.

SCHOLION.

Persicorum succus penitùs noxius est, ac facilè corrumpitur. Quapropter minimè post alios cibos edere oportet, omnia enim cibaria prauũ succũ cum humiditate & lubricitate obtinentia, facilè descendunt, ob idque prima mensa sumenda sunt: quæ tamen præcocia appellantur, alijs meliora censentur.

Lib.2. de alimẽtis.

Mala. *Dulcia mala calent reliquis magis, & citò ven-*
Restituunt, acidis frigidus humor inest. (trem
At stomachũ firmant, aluumq́, austera coërcent,
Præcipuè arboribus quæ legit alta Cydon.

Pyra. *Quæ Pyra non leuius matura et grandia possunt,*
Sed plus corporibus roboris inde venit.

SCHOLION.

Mala, Pyra, cæterique fructus humidi, &, vt in genere dicamus, omnia dulcia soluunt aluum, austera adstringunt, ventricu-

triculumque confortant. Ab immaturis abstinere oportet, sunt enim concoctu pertinacia, frigida, tardi meatus, & praui succi. Vsus pyrorum talis omninò est, qualis malorum, omnibus aquosa dulcedo cũ lenta acerbitate, quod inæquale temperamentum arguit. Ob hoc à cibo sumpta, ventriculo conferunt, Galenus libro 2. de alimentorũ facultatibus.

Punica non implent adeò, sed frigore lædunt, *Mala punica.*
Mespila vt astringant, sorbaq́, laxe, vora. *Mespila.*
Iuglandes prodesse ferunt, nec pascere multum: *Nux iuglans.*
Pascere auellanas plus, valuisse minus. *Auellanæ.*
Diues amygdalino mensam sine lacte caueto, *Amygdalæ.*
Pauperibus medicam non tulit vllus opem.
Barbara longinquis quæ misit pruna Damascus, *Pruna.*
Ante cibos aluum sumpta mouere solent.
Si quem sacra tui victus Dodona iuuabunt,
Setigeri stomachum vellet habere suis.
Castaneas molles patulæ sub tegmine fagi, *Castaneæ.*
Ipse ego pro duris glandibus esse velim.

SCHOLION.

Malorum punicorum (vulgò granatorum) à granorum multitudine dictorum, tria sunt genera, quorum facultates ex superioribus dictis (ne videamur telam retexere) facilè cognoscere licet.

Meſpila & ſorba ambo adſtringunt, ſed magis meſpila, nunquã vſui ſunt tanquam alimentum, ſed tanquam medicamentum.

Nuces iuglandes recentes iucundiores ſunt, aluum ſubducentes, ſiccæ ſtomacho nocentes, concoctione difficiles, doloremque capitis inferentes, tuſsientibus inimicæ. Verùm ſi à nucibus ſiccis, vbi in aqua commaduerint, adimatur membrana, conſimilem recentibus obtinebunt poteſtatem.

Auellanæ nuces valentiores ſunt iuglandibus, ſed his felicius iuglandes concoquuntur, & ſtomacho vtiliores exiſtunt, ſi vnà cum ficubus edantur, autore Galeno.

Lib. 2. de alimẽtis.

Amygdalę, quibuſdam nuces Aſię, extenuandi abſtergendique poteſtate pollent, ſine vlla adſtrictione, vt autor eſt Galenus, ob id bonũ nutrimentum prębent, præcipuè earũ cremor, quem vulgus lac, vel amygdalatum, aut pultem vocat, ob ſimilitudinem, quam cum lacte habet. Ex Amylo & Amygdalis Speciarij placentas delicatiſsimas ac ſaluberrimas conficiunt, quas vulgus Marcipas vocat, voce detorta, cùm potius Marzapanes

Ibid.

ſeu paſtas regias dicere debebat: ſed hæc pro diuitibus.

A prunis minimum alimenti accedit, ſitim ſedant, ac ventrem emolliunt, quare ſiue elixa, ſiue aliter ſumantur, melius eſt, vt alios cibos præcedãt. Vtiliora ſunt exiccata, vt ſunt Damaſcena, nõ incommodè in obſonijs & condimentis aliorum ciborum ponantur.

Caſtaneę in cibo vſurpatę, difficilis ſunt cõcoctionis, craſſos humores generant, caput tentant, ventrem inflant & obſtruunt, quanquam toſtę (lento igne ſub carbonibus potius quàm ad flammã in patella) innocentiores ac ſalubriores eſſe tradantur, ſed has ſuibus cum glandibus mallem relinquere.

Sunt etiam vario diuerſa legumina paſtu: *De leguminibus.*
E quibus audaci legimus iſta manu.
Laxior exiguas lentes potes eſſe, ſed illis *Lens.*
Ater in exiguo corpore ſuccus ineſt.

SCHOLION.

Lentes in his reginonibus parum ſunt in vſu. In Italia verò, Hiſpania, & quibuſdam partibus Galliæ frequentiſsimæ, humoré gignunt craſſum, terreum, & melancholicum, lædũt hepar, & obſtructio-

nes in ipso faciunt, tumultuosa faciunt somnia, inflationesq; ventriculi pariunt, aciem oculorum obtundunt, ac ęgerrimè cõcoquuntur: iure igitur, qui hoc edulio largius vtuntur, Elephantiasin & Cancrum incurrunt. Ideo magis in medicina competunt, quoniam ventrem laxiorem adstringunt: lentè tamen qui vescerentur, æqui animi fieri homines putauit antiquitas. Inde dictos volunt lentos homines, deriuatione quadam, vt qui nullo mouentur affectu vehementiore. Putauit tamen Hippocrates leguminum omnium minorem esse noxam, si cum alijs cibis edantur.

Lib. 4. de ratione victus in morbis acutis.

Fabæ. *Sæpè fabæ leni sufflarunt corpora flatu:*
Pisa. *Pisa minus, bilem sed peperere nigram.*

SCHOLION.

Quocunq; modo fabis vtemur, semper flatulentæ sunt, nisi quis admiscuerit ea quæ calore & acrimonia sua flatus discutiant, vt zingiber Satureiam, Piper Saluiam, &c. potest enim omnibus in dapibus quicquid flatuosum continetur per calfacientia & extenuantia corrigi. Frixæ concoctu difficillimę, & crassi succi alimentum corpori exhibent, sed

minus

minus inflãt integrę coctæ, quàm tritę in farinã, Oribaſio teſte. Pythagoras fabas damnauit, quoniam ſuo flatu vim animę diuinatricẽ perturbant, ac inſomnia pariunt. Vel, vt aliorum eſt ſententia, quòd in eorum floribus reperiantur lugubres literæ. Quapropter olim etiam à flamine non edebantur. Sunt adhuc de hoc legumine variorum diuerſæ fabulæ. Sed noſtræ fabæ à fabis antiquorum maximè diſcrepant, vt vult Hieronymus Tragus, vir vndecunque doctiſsimus, in ſuo Herbario. Recentes tamen noſtræ fabæ (vt mea fert opinio) innoxiæ ſunt in cibo: ijs igitur vtemur, ſiccas operarijs relinquentes. Certè ſi quibus alijs, ſenibus omnibus & melancholicis eſt à cibo inflante abſtinendũ, quòd ipſi natura quoque obnoxij ſint inflationibus. *Lib. 2. ca. 14.*

Piſa tota ſubſtantia cum fabis habent ſimilitudinem, niſi quòd non ſint adeò flatulenta. Quòd ſi quis copioſè vtatur piſis, ſequi genuum dolores, denique facere huius cibi iugem ac frequentem vſum iracundos, triſtes, pauidos, ac totum inſuper corpus affici, teſtis eſt Hippocrates in Epidemijs, libro ſecundo.

At tibi quæ clarum peperere legumina nomen,
Cicer. *Nomine sunt Cicero, nunc quoq; grata tuo:*
Exhaustis redigunt genitalia semina membris:
Nec venerem vires deseruisse sinunt.
Quinetiam lapidem vesicæ sæpe minutim
Duriter hærentem dissecuisse liquet.

SCHOLION.

Vtinam hoc legumen (cicer dico) tantùm apud nos commendaretur, atque fabæ aut pisa, aut quod absurdius est, fungi & huiusmodi: nam etsi parum flatulentum est, tamen liberat ab omnibus obstructionibus, ac dissecat quamuis materiam crassam, ob id calculos in renibus constantes manifestè minuit. Prodest etiam podagricis. Venerem sua flatulentia promouet. Inter cicera meliora sunt Anetiua vocata, vtimur illis siccis aut viridibus frixis vt fabis.

Lupinus. *Reptilibus Cynicum vescatur turba lupinis,*
Immund s decuit sordida pera canes.
Fœnum græcum. *Sæpe aliquem memini de fœno dicere græco:*
Ante cibum sumptum calfacit & soluit.

SCHOLION.

Lupinorum atq; fœnigræci multiplex est vsus in medicina, sed ferè nullius amplius in culina, licet tamen Apitij nostri,

qui

qui delitias in omnibus ſequuntur, lupinos, vt dulceſcant, palatoque gratificant, præparare norint, famē quoq; , ſi ſterilitas annonæ inceſsit, hominibus cōmodè propulſat lupinus, maceratus enim in aqua fluuiatili aut marina triduo ſpacio dulceſsit, & ita ſiccatus, ad vſus reconditur, ac cum triticea aut hordeacea farina in panes dirigitur.

Plura nec his opus eſt, nec vulgi poſtulat vſus, — *De oleribus.*
Ergo etiam hic olerum nomina pauca canam.
Hortorum lactuca decus, quia friget & humet, — *Lactuca.*
Sæpe leues ſomnos conciliare ſolet.
Atq; vt corporibus reliqua omnia vincit alendis,
Sic viui ſuccus ſanguinis inde venit.

SCHOLION.

Omnia cruda prauum generant ſanguinem, præter lactucam, quæ media à Galeno inter boni ſucci cibos & mali ſucci ſtatuitur, cuius multiplex vſus Venerem extinguit, neq; cōmoda pituitoſis, ac naturis frigidis eſt, ſed cocta cū pullis aut alio modo, non aduerſatur, nutrimentumque longè melius ſic parata adfert, ſomnum cōciliat, aluum durum emollit, ſpiritum nutrit, ſtomachum iuuat, Veneris impetus amolitur, cibique

appetentiam facit, præsertim eius folia tenera & æstiua. Estque inter herbas eo genere atque loco, testante Galeno, quo ficus sunt inter fructus autumnales. Caulis plus nutrit, sed difficilius egeritur. Lactuca, vt tradit Atheneus, prima mensa apud veteres non offerebatur, sed conuiuia cœnasque finiebat. Nunc ex oleo, aceto, & sale mensas inchoat, quod Martialis ijs ostendit numeris:

Lib. 3. de aliměťis.

Claudere quæ cœnas lactuca solebat auorum,
Dic mihi cur nostras inchoat illa dapes.

Diuersas rationes parandi lactucas, tradit Platina, libro quarto, verùm continuus earum vsus claritati oculorum officit, &, vt semel finiam, omnia holera aut herbæ pauci sunt nutrimenti, ob eorum magnam humiditatē excrementosam naturæ dissimilem. Vnde certè vnū est perpetuum documentū omnibus naturis propè, vt parcissimus sit vsus holerum humore aliquo abundantium, præcipuè autē pituitosis naturis, & anni tempore humidiore.

Cruda est beta? nocet, coctam sumpsisse iuuabit:
Sumpta frequens stomachū vellicat atq; iecur.

SCHO-

SCHOLION.

Beta paucum, tenuem, & salsum gignit sanguinē, adde quòd & corpori ab ipsa, vt ab alijs holeribus, paucū alimentum accedit, quia potius est medicamentum, & obsonij vice, nō alimenti comeditur, quemadmodū & reliqua ferè olera, nihil tamē in culinis nostris beta hortensi frequentius, & quamuis ob qualitatē suam nitrosam vim habeat abstergendi, nihilominus à Martiale ob humorem aqueū suum quiddam referens insipidū, nisi accipiat condimenti aliquid, fatua dicta est. *Lib. 3. Epigrā.*

Vt sapiant fatuæ fabrorum prandia Betæ,
O quàm sæpè petet vina piperq́; coquus.

Earum facultates tamen non ignorauit, cùm alio loco dicat:

Illic videres frutice nobili caules
Et vtrumq; porrum sessilesq́; lactucas,
Pigroq́; ventri non inutiles betas.

Ob similitudinem foliorum, quam habent cum litera b, dicitur beta, Gallicè bette.

Braßica ventris onus bis cocta comestaq́; sistet: *Braßica.*
Sed semel & modicè cocta, resoluit idem.
Profuit hanc succo conspergere pinguis oliuæ:
Lac auget, multum sanguinis esse facit.

SCHO-

SCHOLION.

Nihil inter olera vtilius ſtomacho braſsica, magnam enim vtilitatẽ adfert, ſi à coquo probè paretur, cõcoctionem adiuuat, aluum durari non patitur. Vrinam promouet, Braſsica in tanto honore apud veteres fuit, vt peculiares illi libros dicauerint, propterea, quòd nullus ferè morbus ſit, ad quem curandũ braſsica vnicè non faciat, vt quotidiano vſu & experientijs percipimus. Hoc olus nõ tantùm veteribus miris laudibus celebratum fuit, ſed reuera ſaluberrimum, vt quiſque paterfamiliàs, qui braſsicam in horto ſuo habet, medicinæ materiã longè præſtantiſsimam, domi ſuæ inter holera habere ſe dubitare nõ debeat. Huius diuerſæ ſunt ſpecies, nempe virides, rubræ, criſpæ, capitatæ, atq; florentes, quæ omnium delicatiſsimæ ſint, neque alijs minus ſalubres, quarum ſemen quotannis ex Italia aduehitur, quòd in his frigidis regionibus matureſcere nequeant. Braſsicæ ſuccus purgandi vim quandam obtinet, econtrà, ſubſtantia eius ſolida ſiccitatis ratione cohibet magis quàm citat ventrem. Proinde bis cocta, hoc eſt, priore aqua effuſa, & alia affuſa, idẽ pollet,

let, sed si semel coquatur, ventrem, præcipuè si cum oleo oliuarum, vel iure aliquo pingui comedatur, prouocat. Caussas, cur id in hoc olere & quibusdam alijs fiat, reddit Galenus, libro 1. & 2. de facultatibus alimentorum. In multis regionibus brassicæ (præsertim capitatę) condiuntur, in cibo enim ęstuanti stomacho prosunt, & maximè ijs, qui operas exercent.

Ignauum sine honore blitum, sine viribus, estur.
Hoc solo, ventrem quòd probè deijciat.

SCHOLION.

Blitum olus insipidum, iners & nullius gratiæ in sapore, neque hodie in aliquo vsu, vnde conuitium fœminis apud Menandrum faciunt mariti. Et quia nullam habet gustus suauitatem cum acrimonia coniunctam, olim prouerbio fecit locum, vt bliteus diceretur homo stupidus & ignauus. Testimonio nobis adhuc est Plautinum illud in Truculento:

Blitea & lutea est meretrix,
Nisi quæ sapit in vino ad rem suam.

Herba salax eruca, Deæ gratissima amorum, *Eruca.*
Sæpe velim nostras condiat illa dapes.

Illa

Illa leui flamma frigentes calfacit artus:
Illa leuat feßi tædia longa thori.

SCHOLION.

Eruca calida eſt & ſicca, ob id Venerem reuocat, ſi ſola edatur, vt meminit Vergilius his verbis:

Et Venerem reuocans Eruca morantem.

Vnde Columella in hortulo Priapo ſerendã pronunciauit, Sola autẽ nõ eſtur, ſed cum lactucis in acetarijs, vt nimio frigori par feruor immiſtus temperamentum æquet, & ita gratior eſt, ac vtilior, nõ vſque adeò tamen frequens eſt in culina, ſed in medicina habet maximos vſus. Ouidius præcipit abſtinendum ab eruca ijs, qui ab amore deſciſcere cupiunt:

Nec minus Erucas iubeo vitatre ſalaces.

De remedio Amor.

Miſcueris dictam Satyrorum à moribus herbam,
Vrticæq; leni ſemina trita manu.
Hei mihi ne caſtas ſpectatum vade puellas:
Ille furor nulla dißimulatur ope.

SCHOLION.

Satyrion non eſtur, ſed ſi ritè vſurpetur, vtilis eſt medicina ad conſeruandũ genus humanum.

Vrtica

Vrtica à quibuſdam cum alijs holeribus editur, non ſine vtilitate, potenter enim vrinã ciet, ac obſtructiones tollit, aluum deijcit, ideoq; tanquam obſonio ac medicamento vtendum eſt: multis etiam religioſo in cibo eſt ad pellendos totius anni morbos. Semen eius in medicina efficaciores vſus obtinet.

Hinc nigra quæ gelidis gaudent naſturtia riuis, *Naſturtium.*
Offendunt ſtomachũ, ſed Venerem ſtimulant.

SCHOLION.

Naſturtium nemo eſt, qui non norit, ob frequentem eius in acetarijs vſum. Duplex eſt, hortenſe & aquaticũ. Aeſtate hortenſe, hyeme aquaticum cõmendatur, vtrunq; calidum eſt. Crudum oleo & aceto perfuſo comeditur, faſtidia diſcutiendi & appetentiam ciborum inducendi gratia. Neſcio tamen qua ratione ab autore noſtro damnetur tanquam ſtomacho inimicũ. Perſis olim obſoniũ erat, vt teſtis eſt Cicero 5. Tuſculanarum, inquiens, Perſarũ à Xenophonte victus exponitur, quos negat ad panẽ adhibuiſſe quicquam præter Naſturtiũ, cũ principio frugalitatẽ amplecterentur, mox aucto imperio in genus omne luxus prolapſi ſunt. Perſæ enim olim Naſturtio vi-

ctita-

ctitabant, quò magis ab excreatione sputi mucoso narium emunctu, & profusione lotij se vindicarent, quibus maximè noxis pridem fuerunt opportuni.

Rara cibos ineunt cum dulcibus intyba maluis,
Intybus. Malua. *Rectè vtrunq; tamen, si libet, esse potes.*

SCHOLION.

Intybus & malua non vsque adeò frequentia culinæ, plurimi tamen speciem intybi, quam Endiuiam (nos Scariolã) esse dicunt, sub terra recondunt, donec albescat, quod eo pacto tenerescat pariter ac dulcescat, ac ad acetaria accommodatior fiat. Vtraque refrigerat & ab obstructionibus lienem & hepar liberat. Aluum sistit. Aestuantis stomachi dolores lenit.

Ex omnibus speciebus maluarum acetaria etiam confici possunt, teste Platina, libro quarto, de quibus etiam Martialis:

Vtere lactucis, & mollibus vtere maluis.

Et nos frondes siue germina maluarum teneriora antequam floreant per fasciculos ligantes, ac aliquantisper (vt fit de frondibus lupuli) bulientes ex sale, oleo, & aceto, tempore veris comedimus non me hercle sine vtilitate, bonum enim al-

uum

uum facit hic cibus, ac modicè nutrit. Atqui hortensianæ maximarum sunt virium, præsertim verò ad emolliendam aluum, quod his versiculis innuit Martialis:

Exoneraturas aluum mihi villica maluas
Attulit, & varias quas habet hortus opes.

Frigidus atriplicum choleræ vim discutit humor
Coctarum, crudis virus inesse puta.

SCHOLION.

Atriplex cocta vt olus esitata, aluum mollit, teste Dioscoride, cholericis & macris hominibus maximè conducit, temperamento enim frigido & humido prædita est: fuit tamen olim olus neglectum, vt autor est Plinius. Quippe accusatum à Pythagora, tanquam faceret hydropicos, morbumq; regium, & pallorem, aliosque plurimos morbos. Coqui præterea difficillimè aiunt, & in hortis nihil nasci iuxta id, nisi languidum. *Libr. 20. cap. 20.*

Nunc age, quæ solis valeant radicibus herbæ
Vsibus humanis, commeminisse libet.
Commoda multiuoris præbent alimenta colonis
Rustica proiectis eruta rapa comis.

De radicibus plātarum. Rapa.

Nam quia naturæ calidæ vim temperat humor,
Inflat, alit, Veneris dulcia bella mouet.

SCHOLION.

Nihil in his regionibus rapis vulgarius, si quis tamen illis liberalius vescatur, succum crudum aceruabit, ac ventrem multa saburra implebit: earum enim tota substantia ferè per aluum deijcitur, ex quo, vt arbitror, vulgus credidit illas aluum mouere, quoniam flatulentæ sunt, Venerem prouocant. Si quis igitur illis vti velit, diu coquere debet, ac cum pipere, allio vel cæpis, ita probè nutriunt, præcipuè assuetos, sed magis nutriunt, si in solo arido crescant, & salubriora sunt. Vnde non sine causa in com pluribus locis siccis sunt in vsu frequenti, sicuti in his regionibus in Kempinia, vbi à multis condiuntur, sicuti & brassicæ capitatæ, de quibus anteà diximus. Quidam cortices raparum exiccant, vel fumo, vel aliter. Deinde vbi opus fuerit illas butyro coquunt, addito pipere: estque cibus non iniucundus, vt nonnunqam experti sumus.

Bulbus. *Longa breues stomachi pellunt fastidia bulbi,*
Iamq; olim Veneri mortua membra nouant,

Visco-

Viscosos grauido humores à pectore ducunt:
Corpora bis cocti plus aluisse solent.
Adde garũ succumq́ oleæ, magis omnia præstãt,
Sed tamen & flatus torminaq́ efficiunt.

SCHOLION.

Pauci in his regionibus sunt, quibus hæc planta cognita sit: qui illam norunt, Cepam syluestrem vocant, nos autem Bulbum agrestem, quòd habeat radicem (vt complures aliæ, quæ sub hoc nomine referuntur) bulbosam, apud nos in cibo non vsurpatur.

Sunt etiam calidi mensis sua munera Dauci,
At vitio, cocti non satis, esse solent.

SCHOLION.

Per daucum pastinacam intelligit, quæ ventrem inflat, & replet, naturaque est calida & humida. Vrinam ciet, sed si quis copiosius vtatur, vitiosum succum gignit. Ideo Staphylinus, aut Cari, seu Cariotæ, vel Carotæ, radix (vt vulgò dicitur) melioris est succi, præter tamẽ communem opinionem, est enim temperamento calido & humido.

Alliũ.

Allia si quantas habeant graueolentia vires
Quæris, habe paucis quæ meminisse iuuet.
Hoc hortense genus Græci scorodona vocarunt:
Hoc ceu theriacam, rustica turba probat.
Namq́ venenatis melius vix vlla medentur
Pharmaca, serpentes illius arcet odor.
Morsu letifero quem læsit araneolus mus,
Hoc bibat, hoc etiam dira aconita fugat.
Præterea coctumue cibo, crudumue comestum
Calfacit, & stomachos humiditate leuat.
Est tamen ex multis alijs nescire pudendum,
Quòd nihil hoc Veneri gratius esse solet.
Verùm oculis stomachoq́ nocet, si copia sumpti
Multa sit, & sicca conficit ora siti.

SCHOLION.

Gal. 2. methodi ca.8.

Allium pauperum alexipharmacum est, adeò, vt quidam reperti sint, qui à morsu canis rabidi solo eorũ esu liberati fuerint. Aduersus enim omnia venena conducit in cibo vsurpatum. Sunt qui ad multiplex condimentum eo vtuntur, necnon armis assandis nucleos eius infigant: estq́ue commodissimum omnibus ijs, qui regionẽ frigidam incolunt. Et si quis, inquit Galenus, illis vesci allijs vetuerit, non leuiter ijs hominibus nocuerit. Est, inquit, allium ex eorum cibo-

rum

rum genere, qui & flatum diſcutiant, & minimè ſitim inferant. Sunt qui parum exiſtiment maiorem quàm cæpas ſitim excitare, ſed planè errore, cùm non modò non maiorem quàm cæpe, ſed nec omninò ſitim faciat. Verùm vnum in eo deteſtandum, videlicet fœtidus ille & fortiſsimus odor, quo non ſolùm oculis, cerebro, memoriæ ac ſtomacho officit, ſed etiam aſtantibus vel aſsidentibus vehementer odioſus eſt. Vnde arbitror cauſam fuiſſe, cur Horatius in Epodon Ode tertia, tantoperè in allium inuehatur, cùm ſcribit ita:

Parentis olim ſi quis impia manu
Senile guttur fregerit:
Edat cicutis allium nocentius,
O dura meſſorum ilia.

At ſi quis poſt eorum comeſtionem illius tetri odoris fœditatem ſufferre non poſsit, folia rutæ recentia ſupermanducet, vel (vt inquit Menander) radicem betæ in pruna toſtam ſuperedat, quod non minus præſtat. Apium viride manſum, aut (vt vult Didymus) faba cruda ſupermanſa, aliquantiſper elixum alliũ vſque dum acrimoniam abijciat, praui

ſucci notã deſerit, vt cepa. Poſſunt etiam allia ſub cineribus aſſari, & ita deponunt malignam illam qualitatem, meliusque ac diutius nutriunt, & ſunt ſalubriora. Didymus aſſerit allium, ſi Luna ſub terris poſita, ſeratur, & item ſub terris Luna latente vellatur, odoris fœditate carere & dulceſcere. Sed de his & alijs in noſtro opere Oeconomico plura diximus.

Cepa.

Vilia mordaces quamuis ſint prandia cepæ,
Cruda tamen ſtomachi diſſoluiſſe queunt.
Plura malis coctæ, crudas nocet eſſe, medentur:
Eſſe tamen noli, qui memor eſſe voles.

SCHOLION.

Cepæ multiplices ſunt: longæ, rotundæ, rufæ, rubræ, & candidæ, quæ omnium gratiores ac vtiliores ſunt, appetitũ excitant, ſiticuloſæ ſunt, bonam faciunt aluum, viſui obſunt. Tamen Hippocrates aſſerit viſui conferre, ſed puto illum habuiſſe in Græcia alias quàm nos habemus, manifeſta enim experientia & ratione lædunt oculos, vt cætera acria, vaporoſa, mentis etiam alienationem ac turbationem faciunt. Vtimur ijs in multis cibis pro condimento, nec crudis etiam

tiam aliqui parcunt, sed tales operarijs relinquamus, quorum plurimos vidimus manè cepam crudam cum sale & pane, Theriacæ loco esitare aduersus aërem infectum, nec illos spes fallit: sicut enim nihil vulgatius aduersus pestem, ita neque efficacius quicquam reperitur, præsertim ijs qui huiusmodi assueti sunt.

Officiunt oculis capitati segmina porri, *Porrum.*
Interiora graui viscera mole premunt.
Hinc vario exurgunt insomnia plena tumultu:
At Venerem, sicut talia cuncta, mouent.

SCHOLION.

Porrum mali est succi & acris, grauia facit insomnia, vrinam cit, & Venerem prouocat, oculis & visui obest, assiduus eius vsus capitis dolorem infert, ad intinctus, qui cibis adiunguntur, vtile est, si cum aceto folia eius tusa, temperentur.

Præteriturus eram Raphani bona, qualibus aiunt *Raphanus.*
Radices inter nomen habere bonas.
Ille replet vacuam ventosis flatibus aluum,
Ante cibos noli sumere, crimen habet.

Attamen & laudem, sensus quia reddit acutos,
Et sunt ante cibum qui magis esse probent.
Fabula narratur sacros ab Apolline Delphos
Omnibus hunc alijs præposuisse cibis.
Ex auro vt raphanum sacrarent, pondere betam
Argenti, plumbum rapa fuisse ferunt.

SCHOLION.

Radix siue radicula, aut raphanus ex ijs est, quibus sæpè vescimur: estque obsonium magis quàm alimentum, manifestè enim calefacit. Qua de re moti plurimi arbitrati sunt concoctionem adiuuare, Galeno reclamãte, qui in huiusmodi rebus maiorem fidem meretur. Quomodocunq; comedatur, certè ructus fœtidos ciet, quia concoctionem peruertit, atque alios cibos corrumpit. Cerebrum, rationem, & oculos turbat. Ideo potius laudarem eos, qui siliquas huius plantæ virides cum aceto, sale, & oleo esitant, iucundissimo enim sapore sunt, ac melius nutriunt.

Lib. 2. de alimentis.

Si quis amat tuberes, boletos rodat olentes,
Sed nisi percoctis, virus inesse putet.
Nam neq; d sipuit qui, qualem Claudius edit
*Boletum, lepido carmine dixit * edas.*

** nẽpe Martialis.*

Cui

Cui pituita placet, vel inani frigida succo *Fungi.*
Pectora, fungorum milia multa voret.

SCHOLION.

Fungorum ac boletorum differentiæ ferè innumeræ ſunt, quorum maior pars deleteriorum eſt: frigidi enim & humidi cùm ſint, admodum proximè ad enecantem & deleteriam facultatem accedunt, & cùm vix ab inuicẽ diſcerni queant, mirari ſubit ingluuiem ac luxuriam hominum noſtri temporis, qui non ſolũ cõtenti optimis ac ſaluberrimis cibis, ad inſaluberrimos & venenatos ſe tranſferunt, tanta enim eſt eorum inſolentia. Dolendum eſt me hercle tam præpoſtero nos eſſe iudicio, vt noxia expetamus, ſalutaria reſpuentes, gulæque illecebris inſeruientes, omnem tuendæ valetudinis rationem poſtponimus ac negligimus. Sed hoc merentur peccata noſtra, vt nimirum hoc pacto & morbis incurabilibus, & tam noxijs venenoſiſq; pharmacis pereamus. Inter fungos tamẽ boleti innocentiores ſunt, ſi ritè coquantur, proximè Amanitæ dicti, reliquos vitare oportet, quòd mortem plurimis attulerint, omnes enim ſumpti præfocationes ſtrangulationibus & ſuſpendio

Gal. li. 7. ſimplicium.

Paulus libro 5. ca. 55. similes concitant. Sed cùm inter multos vix vnum, qui illos discernere possit, reperias, præstaret ab illis abstinere: pituitam enim gelidam noxio succo inuictam pariunt. Attamen eos coquendi communes dantur obseruationes, nam noxij sunt, qui coquendo duriores fiunt, innocentiores, qui addito sale coquuntur, & tutiores erunt, cum carne cocti, vel ipsius iure: sed de his satis. Pudet tantum temporis in re tam vili & noxia cõsumpsisse, addam tamen quid de illis senserit Nicander:

Ne mala te vexent terræ fermenta caueto,
Illis sæpe tument præcordia, collaq; duro
Vt laqueo arctantur latebris si proxima crescunt
Vipereis, tetrum quibus exit virus, & ipsum
Concipiunt cæco qui mittitur halitus antro.

De fugacibus.

Humida frigoribus cognata cucurbita, paruo,
Quod vires faciat, pondere corpus alit.

SCHOLION.

Omnes fructus, quos profert Autumnus, frigorificæ & humentis naturæ, imbecillis alimenti, prauique succi sunt. Ob id Latinis fugaces dicũtur, quasi paruo

uo tempore durantes: quod enim citò fit, citò perit. Hos Græci horæos vocant, nam hora propriè dicitur pars Aeſtatis calidior, qua maximè creſcunt & matureſcunt. Quæcunque igitur eius ſunt generis, quia innatam habent aqueam facultatem, acribus, aut auſteris, aut ſalſis iungi volunt, ſi quis & cum voluptate ea capere, & nauſeam ac fluctuationem cupiat euitare. Inter hos fructus cucurbita, quæ refrigerandi & humectandi vim obtinet (adeò, vt Plinius dixerit, cucurbitam nihil aliud eſſe, quàm congelatam aquam) parum nutrit, ſtomacho perniciofa & concoctu difficillima eſt. Ventrem ſua humiditate & lubricitate ſubducit. Fricta in ſartagine, aut aſſa vtilior. Elixa nullam euidentem ſaporis qualitatem habet, vnde omnibus, quæ illi cōmiſcentur, facilè aſsimilatur, non immeritò igitur multos apparandi modos admittit.

Sunt eadem duris peponibus omnia, præter — *Pepo.*
Quòd lapidem trudunt, & choleram pariunt.

His minus humectat cucumis frigetq́; ſed idem — *Cucumis.*
Et ſucco malus eſt, & malè digeritur.

SCHO-

SCHOLION.

Pepones praui omninò ſucci ſunt, habent quandam vim abſtergendi (præcipuè in ſemine) cuius beneficio vrinam ciunt, & calculoſis conducunt, affectum cholericum gignunt, præſertim bilioſis. His addendi mihi videbantur Melopepones, quos vulgus Melones vocat, in delitijs diuitum maximè habiti, qui reuera minus humidi quàm pepones, nec adeò praui ſucci exiſtunt. Segnius tamẽ vrinam prouocant, tardiusque deſcendunt, nec adeò celeriter in ventriculo corrumpuntur. Pars intima rarius ſemen incluſum tangens, cùm in peponibus edenda non ſit, in melopeponibus paſsim ab hominibus editur, deiectioni non inutilis. Sed ſi conſideremus paruitatem radicis, & ſtipitis eximiæ magnitudinis eius habita ratione, & quàm proximus terræ ſit, & quòd ſuper eam perpetuò iacet, & quòd ab omni aëris qualitate permutatur, & quòd augmentum eius eſt velociſsimum, confiteri cogemur, melonem nil aliud eſſe quàm putridum terræ humorem, aliena qualitate coloratum, vitia omnia habentẽ, noxium ventriculo, iecori, ſpleni, inteſtinis, pul-

Melones.

pulmoni, renibus, vesicæ, humores non solùm putridos, sed venenosos, fluxosq́; facientem. Ad febres acutas, pestilentiales, ad apostemata, ad dolores, ad difficultates intestinorum paratissimum, à nullo authore, quanquam egregio, satis vituperatum, noxas omnes horarij fructus tantò habet ampliores, quantò eius magnitudo, succi multitudo, paruitasq́; causæ concoquentis, omnibus alijs fructibus maior est. Adde quòd nulli potui rectè sociatur, nam cum vino humores pessimos producit, vesicæ maximè obest, & iecori, & renibus, & phlegmonas gignit. Cum aqua leuitates intestinorum, cœliacum morbum, difficultates intestinorum, appetitus deiectionẽ subitò operatur.

Cucumis minori frigiditate & humiditate præditus est pepone, difficilis tamen concoctu est, & si concoquatur, vitiosum succum corpori præbet, multus eius vsus corpus pituita implet, quæ in lentorem abiens, colicos dolores & rigores sine febre generat.

De frumentaceis.

Frumentis quoq; non eadem natura, nec idem
Est sapor; ex illis pauca, sed apta, canam.

Nobi-

Nobile viscosi genus est nec inutile Chondri,
Si benè, ceu vilis ptisana, coctus erit.
Alica. Dulci quisquis amas alicam confundere mulso,
Adsimilem chondro noueris esse cibum.
Triticū. Haud leuiter triticum coquitur, sed plurima co-
Panis sili- Robora, si panem feceris inde, dabit. (ctum
gineus et Hunc tamen eximium dabit è Siligine pistor:
simila- Mox simile dotes nostra culina probat.
ceus. Seruitijs aptas præstabunt furfura cœnas,
Furfu- His est per ventrem ianua laxa satis.
raceus. Hordea desiccant benè fricta, sed humida coctis
Hordeū. Vis erit, exiguum roboris inde datur.
Polenta. Balnea visurus madidas æstate polentas,
Ne sitias, siccis faucibus, ante vora.
Cætera vel nobis incognita sunt, vel eisdem
Viribus, & breuibus vix referenda modis.

SCHOLION.

Poëta noster differentiam facit inter Chondron & Alicam, quum tamen eadem res sit Galeno, & est species tritici, quod barbatum vocant. Panes ex hoc tritico abundè nutriunt, sed tardius excernuntur, teste Hippocrate. Interdum coquitur alica cum mulso vel passo, siue austero vino, vel oleo & sale conspersa. Sic conditum Chondrum Medici vocant Ptisanam alicæ, interdum illi

& acetum inijcitur. Alica Sexto Pompeio dicitur, quòd alat corpus. Hippocrates integrum Volumen de Ptiſanis ſcripſit, quæ nunc in alicam tranſeunt. Hanc ſummoperè laudat Galenus, libro decimo Methodi medendi, capite tertio, in bilioſis ſcilicet: vtpote, quæ diutiſsimè in ventriculo citra corruptionem maneat, ſenſim concoquitur, neque aceſcit, neque innatat, quæ vitia accedere ſorbitionibus aliquando ſolent.

Triticum omnibus notiſsimum eſt, illud verò laudatiſsimũ, cui prædenſa eſt vndique ſubſtantia, & quod in locis accreſcat ſiccioribus. Quod præterea non eſt nimis antiquum, nec immaturum, nec nimis recens, id enim nutrit valentius.

Inter panes igitur ſiligineus (vulgus album vocat) modò benè ſubactus, fermentatus, ac elaboratus ſit (quod de cæteris quoque intelligendum eſt) plurimum præſtat alimenti.

Poſt ſiligineum, ſiue album, ſimilaceus aut ſemidalis (vulgus ſecundarium appellat) ſequitur, in quo furfur leuiter ſecernitur.

Sed

Sed omnium saluberrimus est panis Autopyros, seu Syncomistos, qui tota farina frumenti pinsitur, de quo Poëta noster nullam facit mentionem, minus tamen nutrit cæteris duobus, sed facilius coquitur, quod expetimus. Illud tandem adijciam, panis portionem maiorem ex comparatione semper sumendam ad pisces, herbas, fructus humidiores quàm ad carnes & oua, rursus ad carnes, maiorem quàm ad oua, & ad mollia oua copiosiorem quàm ad dura.

Furfuraceus verò panis parum admodum nutrit, ac ferè tota eius substantia per aluum excernitur.

Hordeaceus est commodissimus, triticeo ferè nihil cedit, modò ex hordeo optimo (quod mundum vocant) conficiatur, ita, vt vel Hippocrate teste, post illum proximum locum obtineat. Hinc factum est, vt veteres varijs modis in ferculis vsurparint, nam post triticum commendari solet.

Tertio verò loco spelta habetur, hæ enim omnes fruges cibis, pani, & potui, (nempe cereuisiæ) cõficiendis apud multas gentes frequenti in vsu sunt.

Hordeum elixum instar ptisanæ humectat,

mectat, frixum autē ad modum polentę arefacit: qui pane hordeaceo vtuntur, morbo pedum non tentantur.

Polenta refrigerat ac humectat, ideoque sitim sedat: nota nō est in his nostris regionibus, magis septentrionalibus, in Gallia verò venalis circumfertur, spissandis carnium iuribus, & est farina hordei torrefacti (Græcè Alphiton dicitur) quæ ita fit: Hordeum perfusum aqua siccatur vna nocte, postero die frigitur, deinde molis frangitur. Sunt qui vehementius tostum, rursus exigua aqua conspergant siccentque priusquam molant. Sunt adhuc complures modi conficiendæ polentę, frequentes apud Gallos Italosque, sed cùm hæc in his regionibus vsui non sint, ne in immensum crescat nostra commentatio, tempus nos admonet, vt de piscibus agamus. *De Piscibus.*

Semper edat fatuos, monachorum prandia, pisces,
Cui placet elumbis regula Pythagoræ. *
Phlegmatico turbant tenues humore medullas,
Sanguinis inde aliquid quis putet esse boni?
Et tamē hinc quod edam fuerit, ne fortè recusem,
Esocem tenerum, difficilemq́ Lupum.
Nec tantùm è Siculo petitur Murena profundo,
Omne quod est vllis, flumina nostra ferunt.

** In symbolo. A piscibus abstineto: quod egregiè diluit Erasmus.*

Lupus.

Murena.

Qualeſcunq; tamen pingues fuge, pingue venenū
Omnibus & prauus piſcibus humor ineſt. (*eſt*

SCHOLION.

Piſces omnes frigidi & humidi ſunt, atq; excremētoſi, eorum permulta ſunt genera & differentiæ, pituitam generant atq; cruditates, ſed quemadmodū cætera animalia bonitate differunt, ita & piſces inter ſe, alij enim alijs longè ſalubriores. Qui apud nos fluuiatiles reperiuntur, Lupus, Perca, Gobio, Truta, Vmbra, & omnes ſaxatiles, cæteris fluuiatilibus ſalubriores ſunt. Cauendi qui in ſtagnis aut fluminibus populoſarū vrbium degūnt, qui enim hominū ſtercoribus, & prauis id genus eſcis victitant, extremū prauitatis gradū tenent: qui in cœnoſis aquis victum quęritant, ſubſtantiā habent admodū muccoſam, omniūq; deterrimi ſunt.

Inter marinos optimi ſunt, qui ſubſtantiā minimè glutinoſam, ſed friabilē obtinent, cuiuſmodi eſt Galbio, à quibusdam Rogetus dictus, Scōbrus, Apua &c. Nam eiuſmodi piſces marini ſalubriores ſunt piſcibus aquæ dulcis: his omnibus adde quòd fugiendi ſunt pingues, limoſi abſq; ſquamis, nam quantò ſunt ſquamoſiores, tantò & meliores.

Omnes

Omnes etiã quorum operimentũ est testaceũ, ostracoderma Græci vocãt, mollissima cõstant carne, ideo corpus imbecillius nutriũt, sed aluũ subducũt, pręsertim ius eorũ, si cũ sale & pipere coquãtur

In vsu piscium adhibenda est cura, vt ne stomachum inueniant malis grauatum humoribus, nam & plus excrementorum reddunt, quàm animalium quorumq; carnes, faciliusque ferè corrumpuntur. Et est hæc quidem ipsorum natura, vt diutius stomacho immorentur.

Caseolos, nisi lactentes, & ab vbere pressos, Caseus.
Ne crebrò comedas, consuluisse velim.
Inde putri mordax vesicæ pondus adhæsit,
Gutta nec inde boni sanguinis vlla venit.

SCHOLION.

Cùm omnis caseus sit substantia lactis, frigidior & terrestrior, meritò sanguinẽ gignit crassum, tardeq; permeantem, obstruentemq;, ac calculũ. Multa sunt caseorũ genera, sed omnes prauo succo pręditi, laudabilior est recẽs, fungosus, mollis, suauis, & modici salis particeps, qui secus habet, pessimus. Qui ex lacte ebutyrato conficiuntur, salubriores sunt. Porrò variantur casei, ex mistorum facultate, quales sunt Betunicenses, & quidam ex Hollandia, qui herbis condiuntur.

Sed solis rusticis & operarijs caseos relinquimus, qui omnes (sicuti & butyrum) per vetustatem, salsedinem & acrimoniam acquirunt, vt cecinit Virgilius tertio Georgicorum:

Et salis occultum referunt in lacte saporem.

Idque secundum diuersitatem pabuli. Hippocrates docet, nullum esse nocentiorem cibum, post crapulam, ipso caseo, præcipuè veteri: quoniam quicquid inuenit superflui calore acumineque suo exagitat & insequitur, turbationem faciens in corpore, vnde fumi vaporesque excitentur. Si tamen plurimum panis adiungemus caseo, minuetur noxa.

De ouis.

Vesceris, sed adhuc à matre calentibus, ouis:
Optima gallinæ, phasiadesq; ferunt.
Vtq; magis vires augere trementia possunt,
Sic melius stomacho sorpta venire solent.

Oua cocta.

At quæ Tarpei custos Iouis excubat anser,
Quæq; parit, non sunt optima, claudus Anas.
Fricta meis nolim contingere plurima cœnis,
Ni soluant acri mista falerna Garo.

Oua fricta.

SCHOLION.

Oua recentia semper preferenda, & ex Gallinis aut Phasianis salubriora sunt. Rursum sorbilia, quæ leniter incaluerũt, & tremula, quæ diutius inferbuerunt,

runt, duris aut frixis anteponuntur, nam frixa & dura gignunt prauum ſanguinem, obſtructiones & calculos, quibus qui obnoxij ſunt, ne albumen quidem in ſorbilibus deglutire ſuaderem, frigidum enim eſt in tertio gradu, ac concoctu difficile: Sed luteum temperatũ eſt, vel, vt volunt Galenus & Paulus, mediocriter refrigerat. Cum magna vtilitate ſorbetur luteum, ſtatim atque excluſum fuerit ouum, lenit aſperitatem faucium, eſtque cantoribus familiare præſidium, & benè nutrit, ſed parum diu.

Anſerum atque Anatum oua peſsima ſunt. Et vt ſemel dicam, oua omnium auium, quas comedimus, bona ſunt, ſed retinent perpetuò indolẽ ſuæ genitricis. In figura præterea ouorum eſt aliquod diſcrimen bonitatis obſeruandum, ſi Horatio credimus, libro ſecundo ſermonum Satyra quarta.

Longa quibus facies ouis erit, illa memento
Vt ſucci melioris, & vt magis alba rotundis
Ponere.

Et Plinius libro 10. capit. 53. Naturalis hiſtoriæ meminit, quòd gratioris ſaporis habeantur longa & candida.

De lacte. *Lacte ferunt Nomadum gentes vixisse ferino,*
Et mulgere truces sæpè Cynocephalos.
Pascitur emulctis horrens niue Sarmata bubus:
Quosq; viros propior Parrhasis vrsa videt. *
Hinc sua littorei miserunt dona Suedi,
Hinc fera flauentes Anglia caseolos.
Hinc quàm lata patet niuei Germania lactis
Munera, præcipuè Saxonis ora, probat.
Quiq; suis alacres habitant in montibus Hessi,
Et clausi æternis rupibus Heluetij.
Quid Phrysios referã, quid Vestphala rura, quid omnes
Assuetos placido munere lactis ali?
Corpora præcipuè cum robore firmet alatq;,
Et citò condiscat sanguinis esse loco?
Hinc niuei crassiq; æqualiter, optima virtus,
Cætera me breuitas dicere iussa vetat.

* Vt in Islandia & cæteris polis propinquioribus.

SCHOLION.

Lac non paruam ex anni temporibus, pabulis, atq; animalium speciebus differentiam capit. Crassissimum enim & pinguissimum est bubulum, mediæ constitutionis est caprinũ, hoc autem crassius ouillum, reliquæ species magis ad medicinam, quàm ad nutritionem spectant, vt sunt equinum, asininum. Lactis partes sunt quatuor, caseosa, serosa, butyrosa, & ipsum lac ebutyratum (vt dicunt (De caseo suprà egimus. Omnium

fere

ferè quæ mandimus lac optimum eſt: eſt enim optimi ſucci, ſi in temperatũ ventriculum inciderit. Bilioſi enim atq; pituitoſi ab illo abſtineant: His enim in ventriculo aceſcit, illis verò amareſcit. Coctum magis nutrit. Plutarchus refert quendam nomine Soſaſtrum, nullo alio potu, cibóue, quàm lacte per totam vitam vixiſſe. Sicuti Nomades ſeu Tartari, apud quos frequẽtiſsimus eſt lactis tum in cibo, tum in potu, vſus, Imò ex illo diuerſos potus & inebriantes conficiunt, qnod diligenter Anno 1539. & anno 1540. obſeruauimus, cũ apud dictas nationes peregrini eſſemus. Et anno 1555. apud Gotthos, Suecos & Vuandalos, idẽ quoq; fecimus, cùm ad potentiſsimum illorũ Regem, ac ditiſsimum Guſtauum vocati fueramus. Abundãt enim huiuſmodi regiones lacte, nã virens herba ac prope aquas naſcens, vt vult Aëtius, liquidius pauciusq; lac ſuggerit, ſolidior verò ac montana (vt in illis regionibus eſt) commodiſsima eſt ad lactis parandã copiam bonitatẽq;. Lactis autẽ vtilitatẽ Heſiodi illa ſentẽtia cõprobat: Sed centum quidẽ annos puer apud ſedulã matrẽ educabat, adoleſcens in ſua domo admodũ infans.

Et quamuis in aliam posset hoc verti sen tentiam, nihilominus illud satis constat, diuturnã lactationem longęuę vitę causam esse. Verùm multus lactis vsus dentibus & gingiuis officit: Has enim flaccidas, illos verò putrefactioni obnoxios facit, ergo lacte assumpto, os vino diluto, aut mero, vel posca, colluere expediet: ꝙ si mel adijciatur, melius habebit.

Serum lactis ventrem ac aluum ducit, sed parum nutrit. Butyrum autem temperatum est ferè vt oleum, sed quia crassius magis nutrit, humidum tamen est, vnde etiam ventrem soluit.

Succedit lac ebutyratum, ex quo videlicet butyrum extractum est, quod cætero lacte salubrius diximus: neque damnanda est vulgi de illo opinio, qui sæpe illud non sine magno emolumento, multis ægrotis propinat, quod & nos aliquando fecimus, addentes ea quæ morbo aduersabantur. Si quis tamen quoduis lac vtiliter assumere velit, is abstineat ab omni cibo alio, donec sit in ventriculo concoctum, facilè enim alijs admixtum corrumpitur, & alia secum simul corrumpit, ex quibus colligitur, nõ semper commodè dari lac. (vt quidam

arbitrati

arbitrati sunt) initio mensæ, præsertim cui plurimum iniectum fuerit panis similacei, aut rerum crassarum, quæ quidem retardent migrationem ipsius, docet enim Galenus, præmittendos esse in mensa cibos facilis transitus, qui lubrica sua vi reliquis cibis ceu præmuniant viam. Et Aëtius libro secundo cap. 260. *Libro 1. de Alimentis.*

Laudat præterea Galenus genus edulij, quo lac & milium simul coquimus: nihil enim, cõsensu medicorum, ad concipiendum, retinendumque calorem internum aptius milio, quamuis sit primi ordinis refrigerantium.

Illud nequaquam omiserim, contrariam esse lactis & mellis naturam: noxas igitur lactis melle discuti, si vera narrat Plinius. Quod etiam aduertisse puto rusticum illum longæuum, quem Galenus subinde lacti caprino mel miscuisse scribit. *Libro 24. capi. 22.* *Libro 5. sanitatis tuendæ.*

Præteriturus eram, quod præteriÿsse nocebat:
In partes siquidem Bacche vocandus eras.
Corpore nam quicunq; voles animoq; valere,
Scire operæprecium est, quid queat ille Deus.
Omne merum vires in corpore præstat, & auget,
Idq; magis, si sit crassius atq; rubens.

Vtilitates quas vinũ moderatè sumptũ nostro

corpori adferet.

Dulce nocet stomacho, quamuis alimenta ministret,
Cõsuluit stomacho, si quis acerba bibit.
At minus hoc nutrit, multo minus alba. Sed omni
Plus fuluum vino commoditatis habet.
Et siccũ calidumq́ magis vetus omne recenti est,
Difficiles etiam soluere musta solent.
Omnia restituunt cognatum vina colorem:
Et citò pars melior sanguinis inde venit.
Nam penetrat, partesq́ cibũ partitur in omnes:
Membraq́ restituit, quæ tenuata iacent.
Languentis pellit stomachi fastidia, & auget
Esuriem, reficit quos pituita grauat.
Bile per vrinas vacuat, redditq́ colorem,
Exhilaratq́ animos roboraq́ accumulat.
Talia vina quidem, modicè data, commoda præstant:
Immodicè noli sumere, sumpta nocent.
Vtq́ frequens nocet ebrietas, sic rara iuuabit.
Et sumptum prodest euomuisse merum.
Inuitant stomachum raræ bona pocula mensæ:
Plus nimio corpus quotidiana grauant.
Ergò nec Abstemius, nec viuere semper Asotus
Qui poterit, punctum quodlibet ille tulit.
Nec mihi Clitorio quisquam de fonte loquatur,
Copia dum largum fundat amica merum.

Vinum semicrudos humores cõcoquit Gale.

Nonnunquã largius bibere conducit sanitati.

Oui. Me. 15.

SCHOLION.

Penè infinita sunt vinorum genera & species, discernuntur autem secundum accidentia, videlicet colorem, gustum, consi-

consistentiam, odorem, facultatem & ætatem, neq; temerè vulgo dicitur illud, vinum omne esse optimum, quod cõstet colore, odore, & sapore. Vinum omne optimum est nutrimentum, ob id namq; cæteris præstat alimentis, quòd celeriter tum conficiatur, tum per venas feratur, & in naturæ vsus, nullo fermè negotio, transmutetur, demum ob familiaritatem facilè simile corpori fit.

Vinorum tamen omnium rubra simul & crassa sanguini generando sunt accommodatissima, vt quæ minima egeant mutatione, sed quę admodum sunt crassa, tardius & difficilius concoquuntur: si tamen ventriculus ea conficere possit, alimentum copiosius corpori exhibent, Alba autẽ vina, vt sunt Rhenensia, parum nutriunt, sed vrinam mouent, sicut enim aquæ formam habent, ita etiam vim, vt etiam Gallica rubra, sed clara: Ideo magis ociosis conducunt quàm crassa, longè tamen calidiora sunt Rhenensia Gallicis rubris, sed minus caput tentant. Dulcia, vt Maluatica, Romanica, Bastardica, & complura Hispanica potenter nutriunt, sed ventriculo imbecilli obsunt. Austera, vt sunt quædam Gallica & vina Brabantica & Leodiensia, imbecilli

Gal. Aphor. 11. lib. 2.

ventriculo opitulantur. Vtilitates quam plurimas adfert corpori nostro vinum moderatè sumptum, nam semicrudos humores in ventriculo concoquit, vrinam, & sudores promouet, ac somnum conciliat, igitur confert Cacochymicis, qui prauis humoribus abundant. Mœrores ita sopit, vt mandragora hominem: beneuolentias autem non aliter, quàm oleum flammam excitat. Vnde non immeritò homines reconciliationes faciendas esse in Symbolo vini duxerunt. Scribit etiam Cornelius Tacitus, consuesse Germanos olim reconciliare inuicem inimicitias, iungere affinitates, adsciscere Principes, de pace belloque cõsultare in medijs conuiuijs, quòd nullo magis tempore vidissent, aut ad simplices cogitationes patere animos, aut ad magnas res incalescere: ad quod venustè allusit Ouidius quoque in Amoribus:

Gal. 4. sanitatis tuenda.

Tunc aperit mentes æuo rarißima nostro
Simplicitas, artes excutiente Deo.

Refertque Galenus Zenonem Philosophum dicere solitum, quòd sicuti Lupini in aqua macerati suam amaritudinem remittentes efficiuntur dulces: sic se vino vtentem, exhilarare.

Immo-

Immoderatè autem sumptum vinum ætatem ac formam corrumpit, somnolentiam, pigritiam, debilitatem stomachi inducit, vitia frigida, paralyses, conuulsiones, lethargos, articulorum morbos gignit, caput turbat. Vnde Plinius inquit, de eo iure dici posse, neque viribus corporis vtilius aliud, neque aliud voluptatibus eo esse perniciosius, si modus absit. Auicenna tamẽ semel in mense inebriari admittit, vt ex ebrietate prouocetur vomitus, hic enim maximè ab ægritudinibus diuturnis præseruat: & quòd vinum liberalius quandoque sumptum, auocet ad se humores quosque frigidos & crassos, deorsumque iaciat. Plutarchus magis approbat vsum variandi, interiungendique vino modicã aquæ potionẽ, quàm diluendi vini, quòd feruor vini nonnihil mitigetur, & prohibeatur facilior ebrietas (facilius namque incidimus in ebrietatẽ, à vino modicè diluto) & quòd impediatur nausea, quæ à vino aqua copiosè temperato fortè concitetur. Conturbatur enim sensus stomachi, ab excitatione motuum diuersorum, quem scilicet & vinũ & aqua pariter efficiunt, maximè in ijs, quibus

vis

vis stomachi à subtilitate neruorum, est valde sensilis.

De Cereuisia.

Qui docuit crasso Cererem confundere succo,
Hunc Cererem & Bacchum deseruisse puto.
*Nam Pelusiaci * qui laudat pocula zythi,*
Illi nec cerebrum nec caput esse potest.
Renibus & neruis, cerebroq́; hic noxius humor,
*Sæpe etiam lepræ semina fœda iacit **

* *Quia Aegypti huius inuentores fuere. Plini. li. 22. cap. 25.*

* *Præsertim non assuetis.*

SCHOLION.

Quicquid asserant alij, Cereuisiam dicimus optimum esse potum, præsertim assuetis, & veluti Dei donum ad arcendam sitim eorum, qui vino carent. Cereuisia verò à Cerere dicta est, quoniam ex fruméto, secali Auena, hordeo tosto conficitur, quibus Ceres præest, vt volunt Poëtæ. Hordeum tostum germinans ac molitum (quod Germani Maltz, Galli moult vocant) veteres Byuen dixerunt, vnde videtur nomen Byriæ deflexum, nam facilis est exorbitatio ex vna in alteram literam. Alij asserunt à Ceria vel Celia potu, in quibusdã partibus Hispaniæ frequenti (vt autor est Plinius) dici, & vnius literę mutatione Beriam vel Byriam apud nos dici, est tamen diuersum quid à Zytho, cuius inuentores fuerunt Aegyptij, teste Plinio libro 22. capit. 25.

Nam

Nam Zythum ex ſolo hordeo aqua macerato, donec in liquorem reſoluatur, vino ſimilem conficitur, inebriat & acrē guſtu eſt, quoniam ex putrilagine areſcente conſtat. Cereuiſia verò ex diuerſis frugibus addito lupulo fit. Infinitæ ſunt Cereuiſiarũ differentiæ, nam quot ſunt (non dico ſolùm ciuitates) ſed etiam pagi, tot ſunt diſcrimina cereuiſiarũ, quæ ob diuerſitatem compoſitionis & coctionis cõtingunt. Adde quòd ad hoc plurimum faciat natura loci, aquarumque diuerſitas: vix enim poſsit idem coctor Louanij coquere Cereuiſiam eiuſdem ſaporis, cum Dantiſcana, Hamburgenſi, Anglicana, Hollandica: Imò ꝙ magis mireris, aliqui non potuerunt Louanij coquere cereuiſiam Hougardiacam, quũ hi loci ſolùm ab inuicē per tria miliaria diſtent. Differunt etiã ſapore, odore, conſiſtentia, colore, ætate, tempore & coctione, calidæ tamē ſunt ſecundũ plus aut minus omnes Cereuiſię, ob triticum vel ſecale & lupulũ, quæ in ipſas ingrediuntur, ob id etiã inebriant, ideo modicè ſumēdæ ſuut, fumi enĩ & vapores craſsiores & frigidiores ex cereuiſia q̃ vino, ad caput & cerebrũ eleuantur, quare & tar-

dius re-

dius resoluuntur: vnde ebrietas ex cereuisia deterior est, quàm ex vino, & diuturnior. Cereuisia illa optima dicenda, quæ non est acetosa, sed clara, antiqua, à fecibusque repurgata, & benè cocta, nam acetosa ventriculum lædit, recens verò & turbida ac spissa obstructiones parit, & calculos, flatus, doloresque colicos: Crassiores tamen cereuisiæ magis nutriunt, si à ventriculo vincantur. Laudanda est consuetudo harum regionum, vbi cereuisia prima mensa apponitur, cùm enim valde nutriat (præcipuè crassior) nec tam facilè atque vinum rapiatur in hepar, famelico ventri magis conducit.

Bonæ cereuisiæ indicia.

Cur Cereuisia principio mensæ bibatur.

Cereuisiam igitur optimum esse potum, ex supradictis facilè colligitur, ita vt morbos à Poeta nostro enumeratos minimè pariat, neque video quomodo Zythum etiam id efficere potuerit, cùm ex hordeo fruge saluberrima conficiatur, nisi propter excessum id fiat, vel aciditatem per vetustatem contractam: quod etiam de vino & cereuisia contingere potest.

Vulgus harum regionum, quæ cereuisiam habent, multos affectus curat diuersi

uersimodè illam præparans, id quod sæpè cum magno & optimo successu experti sumus: Nam, vt est illis familiare alimentum, ita & medicamentum iucundius. Ad multas enim res vtilis est cereuisia: nec dubito, quin si priscis illis rei medicæ Scriptoribus cognitum fuisset ipsius artificiũ cocturæ, quo modo apud nos apparatur, tum saporis gratia, tum vtilitatis quoq;, haud eam stylo suo præterijssent.

Sunt plura alia genera potuum, veluti Oximeli, Apomeli, & qui ex cerasis, piris aut pomis conficiuntur. Præterea cõplures ex lacte & aqua cum herbis cocta, vel alijs permista, quod iam breuitatis causa omisimus. Horum autem conficiendi modum ac rationem in nostris Commentarijs in libros Galeni, de facultatibus alimentorum, fusiùs tractauimus.

Finiturus eram parui congesta libelli,
Cùm talis dextra venit ab aure sonus:
Nuper in vtilibus vates operate Camœnis,
Qui sacra nunc Phœbi lucra ferentis adis:
Parua, sed exacti superest pars iusta laboris,
Adijce præceptis pauca elementa tuis.

Reſpicio, propè conſtiterat crinitus Apollo,
Quattuor excutiens lilia vtraq; manu.
Ipſe quaternarios quoſdam ſupereſſe canendos
Connectans, calamo talia ſcripta dedi.

De elementis ac humoribus.

Quattuor vt conſtant elementis corpora noſtræ,
Quæ ſunt, vt memorãt, Aër, Aqua, Ignis, Humus:
Humores ſic inde trahunt, à quolibet vnũ,
Quos tamen in verſu vix cecinisse queas.

SCHOLION.

Hippocrates primus omnium Philoſophorum & Medicorum lemmatis atq; rationibus non abſurdis quidẽ, aut probabilibus tantùm, ſed ſcientificis quoque & neceſſarijs, in libro de natura humana demonſtrat, non ſolùm corpora noſtra, ſed & brutorum, ſtirpium, omniumq; vegetabilium conſtare ex quatuor Elementis, Igne, Aëre, Aqua & Terra, nec pluribus, neque paucioribus, id quod Plato & Ariſtoteles confirmarunt, & Galenus libro ſecundo de Elementis ex ſententia ipſius Hippocratis.

Collatio humorũ ad elementa.

Terra Melancholicis, aqua confertur Pituitæ,
Aër Sanguineis, ignea vis Choleræ.
Sicut enim ſicca eſt natura, & frigida terra,
Vis elementaris friget & humet aqua,

Sicut

Sicut & humorem calido commiscuit aër,
Siccus vt est ignis vimq; caloris habet,
Sic vis humorum respondet qualibet vni,
Ordine si repetas, quo mihi dicta vides.
Vena tumet, rubet, & ridet, lascinit, & audet,
Cui nimius pleno corpore sanguis inest.
Nil sapit, os humet, fastidit, somniat vndas,
Humida cui nimio phlegmate mēbra madent.
Tinnit ab aure, sitit, furit, aret, somniat ignes,
Cui nimius cholera corpora feruor agit.
Anxius & niger est, timet omnia, tristia dormit,
Mole sua bilis quem nimis atra premit.

Humorū præpollentiū signa.

SCHOLION.

Quadruplicia Elementa humoribus (qui sensibilia elemēta corporis dicuntur) quatuor materia existunt. Ideoque humores singuli singulis Elemētis correspondent qualitate, vtpote sanguis aëri calido & humido. Bilis flaua igni calido & sicco. Pituita seu phlegma aquæ frigidæ & humidæ. Bilis atra seu melancholia terræ frigidæ & siccæ. Mores animi verò sequuntur temperaturam corporis, vnde sanguinei, hoc est, in quibus sanguis supra alios humores redundat, sunt simplices, hilares, faceti, comes, ridibundi, liberales, libidinosi, colore rubicundi, seu rosei.

Quorum crasis biliosa est, sunt præcipites ad omnia, perspicaci ingenio, astuti, fallaces, liberales, sæpè prodigi, iracundi, audaces, & temerarij, vindictæ appetentes, & acerrimi iniuriarũ vltores, appetentesq; gloriæ, colore pallido, rufo, aut flauo. Pituitosi seu phlegmatici sunt hebetes, tardi, graues, & segnes, pro fundo somno, colore ex albo liuido.

Aptissimè quali tates humorũ ad anni partes signáque zodiaci confert.

Quibus autem bilis atra, seu melancholia abundat, ij graues sunt, maligni, timidi, mœsti, inuidi, fraudulenti, auari, parci, taciturni, solitarij, ingeniosi, tenaces propositi, iracundi, ægrè placabiles, colore fusco.

Hos, anni, confer humores, quattuor horis,
Signaq; terribilis sæpè timenda rotæ.
Prima triplicitas zodiaci. *Aestati choleram dabimus, tria signa sequentur*
Ignea, nempe Aries, & Leo, & Arcitenens.
Secunda triplicitas. *Autumni nigra bilis erit, tria signa sequentur*
Terrea, Bos vector, candida Virgo, Caper.
Tertia triplicitas. *Vere tumet sanguis, sed & hãc tria signa sequen-*
Aërea, vt Gemini, Libra, puer Phrygius. (tur
Quarta triplicitas. *Phlegma æquabit hyẽs, per aquatica signa notan*
Hæc sunt Cãcer iners, trux Nepa, Pisciculi. (dũ

SCHOLION.

Prædicti quatuor humores, quatuor anni temporibus etiam conferuntur, quòd

quòd in illis copiosiores sint, vt Aestate calida & sicca plus bilis flauæ. Autumno frigido & sicco plus melancholiæ. Vere temperato plus sanguinis temperati. Hyeme verò frigida & humida plus pituitæ. Pari modo ad quatuor triplicitates Zodiaci comparantur, quæ triplicitates attenduntur penes quadruplicem signorum diuisionem, secundum numerum Elementorum, ita, quòd prima triplicitas, quæ ex Ariete, Leone, & Sagittario constat, elemento ignis attribuitur, & humori flauo, seu bili flauæ: nã sicut ignis est calidus & siccus, sic hæc tria signa calida & sicca sunt. Hæc cholera seu bilis flaua subiacet etiam Marti & Soli, vterque enim calidæ & siccæ naturæ esse cognoscitur.

Secunda triplicitas, quæ ex Tauro, Virgine, & Capricorno consurgit, Elemento terræ frigidæ & siccæ, & proinde humori melancholico comparatur, obeditque Saturno, cuius naturam imitatur, nam vtrunque frigiditatẽ siccitateq; pollere videmus: de natura enim terræ atra bilis est, quam frigiditate & siccitate scatentẽ de natura sui sterilem putamus, sed cœli auxilio fertilitatẽ sortitur.

Tertia triplicitas, quę ex Geminis, Libra, Aquario constat, aëri assimilatur, & sanguini in corpore humano. Sicuti illa calida & humida sunt tẽperatè, ita hujus triplicitatis signa, sanguinem Iupiter caliditate siccitateq́; sibijpsi cõsentaneum optima ratione vendicauit, aër enim & sanguis & Iupiter humorẽ calidum occupant.

Quarta & vltima ex Cancro, Scorpione, & Piscibus cohæret, ac cum Elemẽto aquæ conuenit, & humori pituitoso Lunæ & Veneris humido frigidoq́; pollentium dominium sequitur.

Collatio humorũ ad Aetates, Regiones, et Planetas.

Nunc age limitibus conclusum quattuor orbem
Aspice, & ætatum quamlibet inde nota.
Sanguine Sol oriens pueriles vendicat annos,
Meridies choleram læta iuuenta tibi.
Phlegmatis occasus plenam facit esse senectam,
Bile nigra Borea, sed plaga decrepitos.
Ver velut infantes natiuo germine pascit,
Quos placido spectans sydere Phœbus amat.
Aetatem iuuenum notat æstas: Martis in illa
Exultant vires, & furor arma mouet.
Maturos Autumne senes: Quos frigida Luna
Instabili varios lumine semper agit.
Decrepitos hyemis natura æquabit inertes.
Quos vorat immiti falcifer ore senex.

SCHO-

SCHOLION.

Mundus ſeu cœlum in quatuor angulos ſeu plagas diuiditur, quę quatuor ætatibus atque quatuor humoribus correſpondent. Primus angulus ſeu prima plaga eſt Oriens, à qua parte flat Fauonius, & primæ ætati, hoc eſt, pueritiæ, quadrat.

Secundus angulus eſt Meridies, à quo Auſter ventus ſpirat, qui ætati ſecundæ, nempe iuuentuti, dicatur.

Tertius angulus eſt Occidens, à quo Subſolanus ſpirat, ætati tertiæ, videlicet ſenectuti, attribuitur.

Quartus angulus Septentrio, à quo Aquilo oritur, ætati quartæ & vltimę, decrepitæ ſcilicet, confertur.

Hæ quatuor ætates quatuor temporibus anni etiam aſsimilantur, vt ſuprà oſtenſum eſt. Porrò quælibet hominum ætas ſingulum ducem ſeu Planetam habet, à quo ſtudium actionemq; accipit.

Luna enim primam teneritudinem ac mollitiem blando quodam officio permulcet, & benigno vberiquę humore fouet infantiã, præcipuè primis quatuor annis. *Ptolemaus li. 4. quadriparetiti, ca. 11*

Mercurius deinde pueritiam acci-

pit, & ipsam lusionibus, sermone ac disciplinis instituit.

Venus adolescentiam deinceps amplectitur, eamque cupidinibus allicit, & generandi potestatem præbet.

Sol verò iuuentam gubernat, cui animos & vires addit, & ad altiora sublimioraque erigit.

Mars autem virilitatem præbet, & diuitiarum cupiditatem adfert, & rixarum contentionumque studium.

Iupiter verò, qui senectutẽ regit, grauitatem & maturam quandam ei benignitatem largitur, & pacis studium.

Saturnus autem decrepitam ætatem gubernat, frigiditatem quandam morosam, ac tardam exhibet, & rerum omnium obliuionem.

Authoris cõclusio.

Plura quidem potui, sed me ceu littore abactum,
Dum sequor immensi terruit vnda freti.
Hæc quoq; quàm metuo ne me iuueniliter ausum
Plus nimio viuis inuida fama ferat.
Sed tibi Sturtiadum clarißima fama Georgi
Omni parendum conditione fuit:
Nam quia iusta tuo poteras mandare Poëtæ,
Te duce, quæ potuit pondera ferre, tulit.
Restat vt ipse suo sicut te munere Apollo
Imbuit, & medicas iußit habere manus.

Sic

Sic mea quo poßis informes pectora cultu,
Et medicas iubeas me quoq; habere manus.
Tunc tibi maiores maioris carminis haustus,
Tunc dabimus meritis præmia digna tuis.
Viue decus nostrum, medicus te seruet Apollo,
Sæpius vt relegas carmina nostra, Vale.

Finis saluber. præcep. bonæ vale. tuen.

THEMATA,

QVOD DOCTRINA DE SANITATE TVENDA STVDIOSIS literarum valdè vtilis & necessaria sit, & in quibus rebus sanitatis tutela consistat.

Ioan. Placoto Med. Doct.

I.

Ad studia rectè excolenda integris viribus, & firma valetudine (quam doctrina de sanitate tuẽda promittit) opus est.

II.

Vires autem conseruantur rerum ad sanitatem necessariarum legitimo vsu, ad quem notitia sui corporis & communium præceptorum de valetudine tuenda, & alimentorum condimentorumq; facultatibus, requiritur.

III.

Notitiam sui corporis ex generali doctrina de constitutione hominis, quisq; æstimare potest.

IIII.

Partes corporis sunt, membra, humores, & spiritus, quæ cõtinentia, contenta, & impellentia Hippocrati dicuntur.

V.

Ab his actiones per facultates membris insitas, spiritibus mediantibus proficiscuntur, à sanis sanæ, à læsis læsæ.

VI.

Res, ad sanitatem tuendam necessariæ, sunt: aër, cibus, potus, excrementorum expulsio, somnus & vigilia, motus & quies, animi affectus.

VII.

Legitimus vsus in qualitate, iusta quantitate, & tempestiua rerum dictarum exhibitione consistit.

VIII.

Et sicut corpora variant, quemadmodum Poëta quoque eleganter scripsit: Mille hominum species &c. ita & victus ratio variat, nec vna omnibus naturis, sicut non vnum Calopodiũ omnibus pedibus, nec vni naturæ omnis victus promiscuè conuenit.

IX.

Id verum esse non tantùm ratio probat, sed etiam ipsa experientia, certissima rerum magistra, testatur.

X.

Nam vbi corpus motum desiderat, exercitatio salubris, ocium insalubre, cùm verò quiete eget, ocium iuuat, exercitatio noxia est.

XI.

Idem de cibis & potibus alijsque rebus, ad victũ necessarijs, sentiendum est.

XII.

Hinc patet salubre & insalubre non absolutè, sed ad aliquid dici, & ineptè aliquid (quemadmodum vulgus imperitum solet) simpliciter salutare vel noxium pronunciare.

XIII.

Tenere igitur discrimen rerum, ad victum necessariarum, & præcepta de vsu earum in genere oportet.

XIIII.

Ea deinde quisq; ad suam naturam facilè accommodare, & quid sibi maximè salutare sit, iudicare discet.

XV.

Quid autem cuiq; peculiariter competat, non ex libris petendum, sed quotidia-

tidiano rerum vſu explorandum & obſeruandum eſt:ſunt enim quædam Sympathiæ inter certas res & corpora, quæ non niſi experientia explorantur.

XVI.

Idem teſtatur Ieſus Syracida, cùm ſcribit: Mi fili, explora quid corpori tuo ſit ſalubre,& vide, vt ne quod noxium eſt, ei exhibeas: non enim omnia omnibus cōducunt.

XVII.

Quod rectius faciet communibus præceptis inſtructus & admonitus.

XVIII.

Igitur doctrina de tuenda ſanitate ſtudioſis literarum non ſolùm vtilis, verùm etiā ad conſeruandas vires cognitu neceſſaria,& nullo modo,vt quidam cōtendunt, ſuperſtitioſa eſt. Imò & ingenio confert. Et rectè Cicero ſcribit, quin etiā cibo, quo vteris, intereſt aliquid ad mentis aciem.

XIX.

Summam totius victus Hippocrates breuiſsimè complexus eſt hoc dicto. Labor, cibus, potus, ſomnus, Venus, omnia mediocria. Quibus verbis & ordinem & modū rerum ad victū præcipuè neceſſariarū comprehendit.

XX.

Labor enim cibum antecedere debet, (vt idem autor docet) cibus potū, vterq; ſomnum:

ſomnum: atque in his omnibus modum ſeruare optimum eſt.

XXI.

Vt enim ſanitas in mediocritate conſiſtit, ita mediocri rerum neceſſariarũ vſu cõſeruatur: ſimile enim ſimili gaudet & conſeruatur.

XXII.

Exceſſus verò dictarum rerum vitioſus eſt, & harmoniam qualitatũ corporis (in quibus potiſsimùm ſanitas cõſiſtit) turbat.

XXIII.

Similiter vſus earum intempeſtiuus: omne enim intempeſtiuum moleſtum naturæ eſt.

XXIIII.

Hinc extremè calidus vel frigidus aër, aut ſubita ab altero ad alterum mutatio periculoſa eſt.

XXV.

Cibus autem & potus immodicè vel intempeſtiuè ingeſtus, morbos excitare ſolet. Idem Ieſus Syracida quoque teſtatur, nec de nihilo eſt, quod dicitur, Plures perire crapula quàm gladio.

XXVI.

Somnus etiam & vigilia immoderata aut intempeſtiua, noxia ſunt.

XXVII.

Motus vehementior iuſto, maximè poſt longam quietem, aut eſuriente ſtomacho, vires diſſoluit: poſt cibum vero

rò aut corpore alioqui impuro, replet membra crudis humoribus, & multorum morborum causa existit.

XXVIII.

Vt autem immodica vel subita repletio lædit, sic nimia vel intempestiua excretio, aut abstinentia noxias infert.

XXIX.

Affectus quoq; animi vehementiores vel repentini, sanitatem conuellunt. Ira corpus inflammat, terror neruos lædit, timor & mœstitia diuturnã melancholiam pariunt, &, vt Salomon scribit, tristitia exiccat ossa.

XXX.

Hęc omnia breuissimè, & quasi in summa Hippocrates sequenti aphorismo cõplexus est. Plurimum atq; repentè euacuare vel replere, calefacere vel refrigerare, siue quouis alio modo corpus mouere periculosum. Quoniam omne nimium est inimicũ naturæ, sed quod paulatim fit, tutum est, tum aliàs, tum verò maximè, cùm ab altero ad alterum transitus fit.

FINIS THEMATVM.

De [illegible] et a[illegible]
circulo [illegible]
Descriptio fontium
[illegible]
Bona [illegible]
[illegible]
Sanitatis [illegible]
[illegible]
De di[illegible] [illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
De [illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
De [illegible]
[illegible]
Tractatus